

ڈال کا دسترخوان

2014

جولائی

WWW.PAKSOCIETY.COM

رمضان اور عید
اسپیشل

رمضان اور عید کے دلچسپ مضامین 45 ریسیپیز کے ساتھ!

میگزین کے اندر کسٹڈ پیک
بالکل مفتے پائیں!

BAKE
PARLOR

سبھی کھاتے ہیں

دی ہوم ریسٹورنٹ

Ramadan Special

Issue No. 5

شاپنگ لسٹ

- مرغی کے بچے کا گوشت (بھری ہوئی) 300 گرام
- لہسن پیسٹ
- اورک پیسٹ
- ہری مرچ کی ہوئی
- گاجر درمیان (کٹی ہوئی)
- ہری پیاز
- کھانے کا تیل
- پیاز درمیان (کٹی ہوئی)
- ڈبل روٹی کے سلاکس
- ایک پارکھاب میکرونی
- ایک چائے کا چمچ
- ایک چائے کا چمچ
- 3 - 4 عدد
- ایک عدد
- 3 عدد
- آدھا کپ
- ایک عدد
- 2 عدد
- 01 پیکٹ



پاستہ کباب

۱۔ بیک پارلر پاستا کو نمک ملے ایلٹے پانی میں پانچ منٹ تک اتنا ابالیں کہ اس میں ایک کٹی رہ جائے چھلنی سے گرم پانی گرا کر ٹھنڈا پانی گزاریں اور ایک کھانے کا چمچ تیل ملا کر ایک طرف رکھ دیں۔

۲۔ ایک پین میں پانچ چمچ تیل ڈال کر لہسن، اورک اور پیاز شامل کر کے دو منٹ تک درمیان آگ پر فرائی کریں۔ اب مرغی کا گوشت بیک پارلر مصالحہ شامل کر کے ایک منٹ تک فرائی کریں۔ دو کپ پانی شامل کر کے ابال آنے تک پکائیں اسکے بعد درمیان آگ پر مزید 15 منٹ تک پکائیں۔ اب ڈھکنا ہٹا کر تیز آگ پر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔

۳۔ ڈبل روٹی کے سلاکس، پکی ہوئی مرغی، گاجر، ہری پیاز اور ہری مرچ ایک چار میں ڈال کر باریک قیمہ بنالیں۔ اب پاستا کو اس کچھر میں اچھی طرح سے مکس کر لیں۔

۴۔ تیار شدہ قیمے سے چھوٹی چھوٹی گول نکلیاں بنالیں۔ فرائی پین میں تیل گرم کر کے کبابوں کو دونوں طرف سے فرائی کر لیں۔ بیک پارلر باری کیو ساس کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔

نوٹ: اگر آپ یہ ڈش گائے کے گوشت سے بنانا چاہتے ہوں تو انڈر کٹ کا گوشت استعمال کریں اور ڈبے پر دی گئی ہدایات کے مطابق ترکیب پر عمل کریں۔

چکن چاؤ من



۱۔ بیک پارلر سیکھی کو نمک ملے ایلٹے پانی میں پانچ سے سات منٹ تک اتنا ابالیں کہ اس میں ایک کٹی رہ جائے۔ چھلنی سے گرم پانی گرا کر ٹھنڈا پانی گزاریں اور ایک کھانے کا چمچ تیل ملا کر ایک طرف رکھ دیں۔

۲۔ فرائی پین میں باقی تیل ڈال کر درمیان آگ پر گرم کریں۔ لہسن اور اورک شامل کر کے ایک منٹ تک فرائی کریں۔

۳۔ اب مرغی کا گوشت شامل کر کے دو منٹ تک فرائی کریں۔ اب تمام ہریاں اور بیک پارلر مصالحہ شامل کریں اور مزید ایک منٹ تک پکائیں۔ پاستا ملا کر فولڈ کریں اور گرم گرم پیش کریں۔

شاپنگ لسٹ

- چکن بھری ہوئی کا 300 گرام
- بھری ہوئی 01 کپ
- گاجر بھری 01 عدد
- ہری پیاز 01 عدد
- کھانے کا تیل 05 کھانے کے چمچ
- لہسن کھانا 01 کھانے کا چمچ
- اورک 01 کھانے کا چمچ
- تیل 01 کھانے کا چمچ

hansonfoods.com.pk



سب کھاتے ہیں، سب چاہتے ہیں!
چائے میکرونی
سوسر میکرونی
الغائی آتش میکرونی
اٹھارہ میکرونی
چھت پنے سوسر
چٹخارے دار چائے



بچے ہونے پاستا کو کسی کام لایا جاسکتا ہے؟
بچے ہونے پاستا کو آپ لاک میں لے کر دیں اور جب ہی اگلے بار پانچ منٹ
سوپ بنائیں تو اس میں سرخ کر کے سے 5 منٹ پہلے پاستا ڈال کر سوپ کا ایک
گلاس بنائیں۔

آپ کا سوال
اسے پاستا سے متعلق سوالوں کو consumers@bakeparlor.com پر بھیجیں۔

موسم کے مزے

اس بار رمضان گرمیوں میں آئے ہیں۔ ویسے تو موسم کوئی بھی جولال شربت کے بغیر افطار تکمیل ہے
مگر گرمیوں میں اس مقبول مشروب کو بنا نہیں اور بھی زیادہ فرحت بخش۔

بادامی جام مشرق

ایک جگہ میں ۲ گلاس دودھ اور ۱۲ چمچے جام مشرق ملائیں اب اس میں ۱۰ سے ۱۵ ٹمپرے بادام،
زعفران اور ۱۰ سے ۱۵ پستے کوٹ کر ملائیں۔ ایک گلاس کچلا ہوا برف ملا کر افطاری پر پیش کریں۔



STARCREST

فہرست

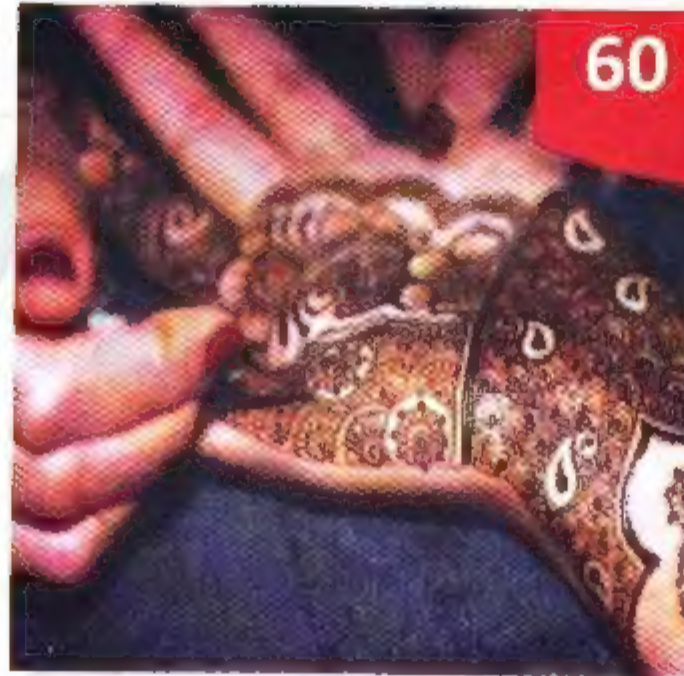


رمضان ریسیپز

- 29 کبابی
- 30 مصالحہ فراٹی کھجی
- 31 ملائی راہا
- 32 عربک کباب
- 33 سوکھا چکن
- 34 چنی چیز سموے
- 35 کرہی فرائیڈ پیگن
- 36 کرہی بینز اور فروٹ چاٹ
- 37 چکن رول اور پٹا
- 38 میکرونی چاٹ
- 39 جھینگے والے آلو بوٹے
- 42 چکن بریڈ کچڑا - پنیر کچڑے
- 43 مشروبات رمضان
- 44 اسپائسی لٹیکرز - قیے والے نمک پارے
- 45 اسٹفڈ منس رولز
- 46 آلو بڑے فرائیڈ سینڈویچ
- 47 اسٹیک پن کیک
- 48 کھڑا فرائیڈ چکن
- 49 کالے پنے کا پلاؤ
- 50 میٹکو مال پورہ
- 51 فریش فروٹ فلیسب
- 52 ڈش ہائر

کمال صحت اخلاذ

- 86 کچھ مقدس غذائیں
- 88 میٹھا قلنی



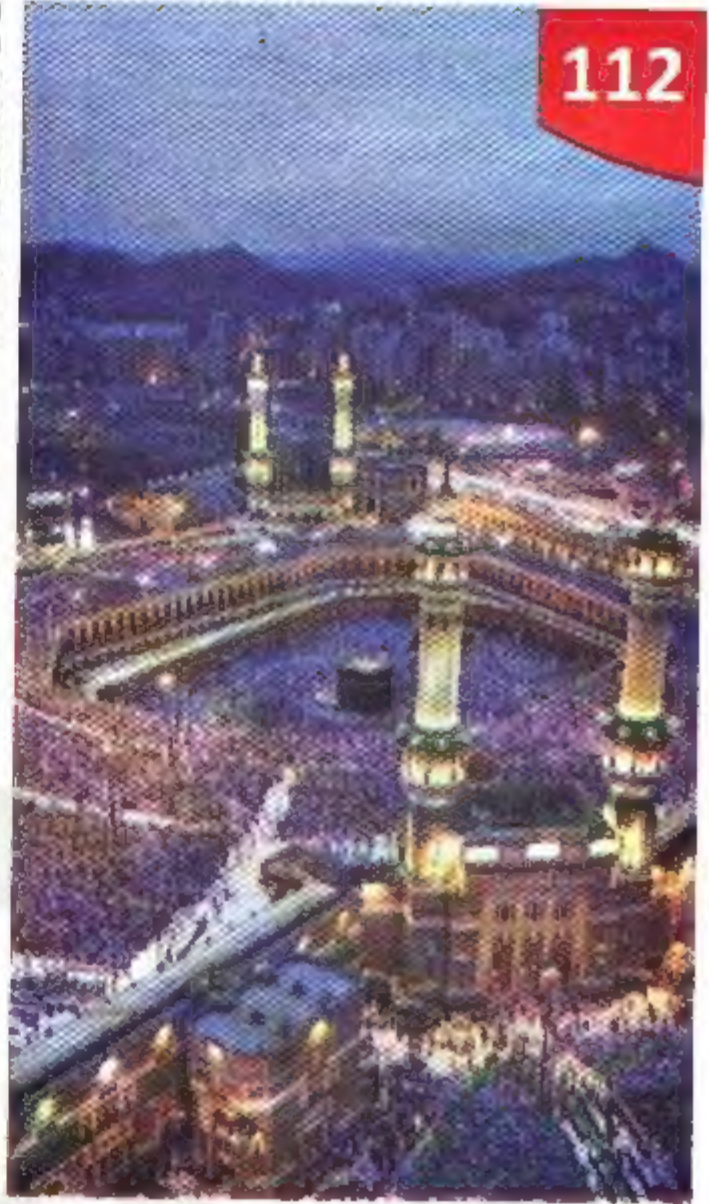
60

ریخ زیبا

- 92 پاکستان



100



112

رمضان اور عید اسپیشل

- 14 مرحبا، صدمرحبا
- 15 استقبال رمضان
- 17 رمضان اور عید ڈانٹنگ
- 18 رمضان میں لائیں آسانیاں
- 19 روزہ کشائی
- 24 یہی ہے سکھڑاپے کے امتحان
- 26 افطار پارٹی
- 54 عید مبارک
- 56 ماہ رمضان اور عید کا اہتمام
- 57 چھٹکی چوڑیاں من بھاتا زیور
- 58 گرمیوں میں عید مناکیں کیسے؟
- 60 مہندی رچائی جائے

مستقل سلسلے

12	اداریہ
13	آپ کی رائے
110	شہر نامہ
112	زیارت
114	اقساط
116	ریویوز
118	ستاروں کی محفل

صحت عامہ

96	دوران حمل روزہ؟
98	تمکین اسپا

باغبانی

106	سبزیاں اگائیں
-----	---------------

گھرداری

108	برمائیک
-----	---------



یہ شیف ہمارے

80	شیف مہدی
82	شمیہ عبدالواحد

کشیہ کاری

94	زروزی
----	-------



کاک ٹیل فرنی

عید ریسیپس

63	کری میسواں
64	چکن کیف ٹیل
65	عربک بیک چکن
66	ملن اکبری
67	مرغ شالیمار
68	میکرونی پارسلو
69	پوٹو چور
70	فرائیڈ اور بیکڈ سموٹس
71	چکن پالک پیٹیز
72	عربک نیٹاہ
73	سادہ پلاؤ اور ٹرائی چینی
74	چکن شطہ
75	غاص آورہ
76	بادشاہی
77	چنڈو
78	کاک ٹیل فرنی

اداریہ

قیمت 160 روپے شمارہ نمبر 41، جولائی 2014



معزز قارئین! السلام علیکم

یوں تو ڈالدا ایڈوائزری سروس سارا سال ہی ڈالدا کا دسترخوان کی تیاری پوری جانفشانی سے مصروف عمل رہتی ہے، لیکن کچھ شمارے خاص توجہ چاہتے ہیں جن میں سرفہرست رمضان المبارک اور عید کا شمار ہوتا ہے۔ اور اس مرتبہ خاص بات یہ ہے کہ اسلامی کیلنڈر کی ترتیب کی وجہ سے یہ دونوں مہینے مایہ جولائی میں ہی آ رہے ہیں تو زیر نظر شمارہ ان دونوں کو مد نظر رکھتے ہوئے ترتیب دیا گیا ہے۔ یہ شمارہ چونکہ خصوصی ہے اس لئے اس کے نہ صرف صفحات بلکہ اس میں شامل تراکیب اور آرٹیکلز کی تعداد بھی زیادہ رکھی گئی ہے تاکہ آپ اس سے دونوں تہواروں پر مستفید ہو سکیں۔ کہنے کو تو ہم رمضان المبارک میں سارا مہینہ روزے سے ہوتے ہیں لیکن اگر آپ غور کریں تو گھر کا بجٹ عام مہینوں کے مقابلے میں بڑھا ہوا ہوتا ہے اور اپنے آپ کو رعایت دیتے ہوئے ہم ہر اچھی چیز کا خود کو مستحق قرار دیتے ہیں، ہاں، بعضی سارا دن تو روزے سے تھے، لیکن ڈالدا کو ہمیشہ رہتا ہے آپ کی صحت کا خیال اور اسی لئے اس ماہ کی مخصوص چھٹی تراکیب کو ڈالدا نے آپ کے لئے صحت بخش طریقے سے بنا کر پیش کیا ہے۔ تاکہ ڈالدا کے ساتھ ساتھ آپ رہیں صحت مند۔

اور ڈالدا ایڈوائزری سروس نے آپ کی عید کو بھی اپنے آرٹیکلز اور تراکیب کے ساتھ بھرپور طریقے سے منانے کا اہتمام کیا ہے۔ تاکہ آپ کے سحر و افطار کے دسترخوان کے علاوہ آپ کی عید شامی بھی آپ کی چمکتی دیکھی شخصیت کے ساتھ ڈالدا کے کھانوں سے مہکتی رہے۔

رمضان المبارک کی باسعادت گھڑیاں قریب آ چکی ہیں، تو آئیے ان کا استقبال اچھی صحت اور خوشدلی سے کریں۔ روزہ بدنی طہارت ہے تو نماز و تراویح کے اہتمام خاندانوں میں رفاقت کا احساس دو چند کرتے ہیں اور روح کی تازگی کا ذریعہ بنتے ہیں۔ اچھے اور صحت بخش کھانوں کی تیاری کے ساتھ ساتھ اپنی عبادتوں کا بھی خاص خیال رکھیں اور ہمیشہ کی طرح ڈالدا ایڈوائزری سروس کو بھی اپنی دعاؤں میں یاد رکھئے۔

سورق افطار پلیٹر

ایڈیٹر
شاہین ملک

کری ایٹو ایڈیٹر پروڈکشن مینیجر
عمران فاروق

خط و کتابت کا پتہ:

REVELATION INC.

2nd Floor، گلشن سمنٹر، خیابان روی،

بلاک نمبر 5، گلشن، کراچی (75600)

ای۔ میل: dkd@revelationinc.co

فون نمبر: 021-35304425-6

فیکس: 021-35304427

ایڈورٹائزنگ مینیجر
منور شریف

0323-2395990

ڈسٹری بیوشن مینیجر

شیخ مشتاق احمد

0300-2275193



ڈالدا ایڈوائزری سروس

ہمیشہ کی طرح آپ کے ہم قدم

انتباہ: ماہنامہ ڈالدا کا دسترخوان میں شائع ہونے والی تمام خبروں کے بارے میں حقوق اشاعت بحق پبلشر محفوظ ہیں۔ پبلشر کی تحریر یا اس کے کسی حصے کو نہ تو شائع کیا جاسکتا ہے اور نہ ہی کسی اور شکل میں پیش کیا جاسکتا ہے۔ خلاف ورزی کی صورت میں قانونی کارروائی کی جائے گی۔

ڈالدا کا دسترخوان کے حقوق بنام رجسٹرڈ ٹریڈ مارک ڈالدا فوڈز (پرائیویٹ) لمیٹڈ محفوظ ہیں۔ کسی خلاف ورزی کی صورت میں ادارہ قانونی چارہ جو کی کا حق رکھتا ہے۔ ڈالدا کا دسترخوان جناب اسامہ محمود خان غوری (پبلشر) نے نورانی پرنٹنگ اینڈ کمپیوٹنگ انڈسٹری سے چھپوا کر شائع کیا۔

آپ کی رائے

ڈالڈا کا دسترخوان ہر ماہ روایت کا تسلسل لئے حاضر ہوتا ہے۔ ڈالڈا ایڈوائزری کا اپنے قارئین سے یہ رشتہ فون، ای میل اور خطوط کے ذریعے استوار ہوتا ہے۔ اس ضمن میں ہمیں اس ماہ کے جریدے سے متعلق آپ کی قیمتی آراء اور مشورے ملتے رہتے ہیں، مثلاً

نئی باتوں کا پتہ چلتا ہے۔ آمنہ غور شدہ... عرکوت

کٹیدہ کاری کے لئے نئے جگہ

ہم ڈالڈا کے دسترخوان عمدہ اور ڈالڈا دار کھانوں کی تراکیب کے لئے خریدتے ہیں اور پوس میں ہمیں ادب عالیہ، گھر داری، ٹیپس، کھانے صحت کے خزانے، درخ زیا اور پھولوں کی افادیت سے متعلق دلچسپ مضامین پڑھنے کو ملتے ہیں اس بارٹرک آرٹ بہت عمدہ، مختلف اور اچھی تحریر تھی۔ اس نوعیت کے مضامین آئندہ بھی دینی رہیں۔

کھانوں کی لغت غضب کی ہے

اس لغت میں اچھا لگا کھانے کے نام سے لے کر عطران، سوچی، مغزیات، بیج اور کشمش کی غذائی افادیت اور شبہات کی ثقافت کو مد نظر رکھا۔ کھانوں کی تراکیب میں ہانڈی، پسندے بہت اچھے لگے۔ شاز یہ تبسم... ملتان

سیسی ہنی چکن ڈالڈا دارینی

سوال یہ ہوتا ہے کہ مرغی کو کس شکل میں اور کیسے پکایا جائے کہ بچے اور بڑے دونوں مزے سے کھالیں۔ اس بار جون کے شمارے میں سیسی ہنی چکن بہت حد تک منفرد و ڈش تھی۔ میں سوچ رہی ہوں کہ کبھی کبھار اسے بچوں کے لچ بکس کے لئے بھی بنایا جاسکتا ہے۔ اسی لئے پائن اپیل چکن ٹوڈلز بھی اچھی رہی تھی۔

ڈالڈا ایڈوائزری سروس کی رہنمائی بہت ضروری ہے

چھوٹی چھوٹی الجھنوں اور باتوں کو جو ہمارے ذہن سے محو ہو جاتی ہیں ان کی معلومات کے لئے ڈالڈا ایڈوائزری سروس کی رہنمائی بہت ضروری ہوتی ہے۔ اسی لئے ہم کبھی پرانا شمارہ ضائع نہیں کرتے۔ گزشتہ شمارے میں اس کتے میں چھپی ہے تندرستی بہت اچھا معلوماتی مضمون تھا اسی طرح مفید غذائیں صحت کی کنجیاں بھی دلچسپ اور معلوماتی مضمون ہے، مضمون نگار رنگ ہماری مبارک باد ضرور پہنچادیں۔

سارہ ریاض مرحومہ کو خراج عقیدت

آپ نے ہماری پسندیدہ شیف کی رحلت پر اظہار تعزیت کیا بہت بھلا لگا اللہ انہیں اپنے جوار رحمت میں جگہ دے۔ محترمہ شریں انور اور شمیمہ جلیل کے تاثرات بھلے لگے۔ اپنے سینئرز اور دوستوں کو بعد از مرگ یاد رکھنا اور اچھے الفاظ میں یاد کرنا بھی کسی نیکی سے کم نہیں۔ حجاب فاطمہ... اسلام آباد

گرمیوں کی چھٹیاں بھی اچھی گزریں گی

میں لاہور میں رہتی ہوں اور بہت پر تجسس تھی کہ کیا لاہور میں کہیں اچھا سمر کیسپ کہیں ہوتا ہے یا نہیں۔ ڈالڈا کا دسترخوان نے یہ مشکل حل کر دی اور اب میں نے گلبرگ لاہور کے مذکورہ ادارے سے رابطہ کر لیا ہے۔ آپ کا بہت بہت شکریہ کہ یہ معلوماتی مضمون بروقت شائع کیا۔ عالیہ بشر... لاہور

"ضروری بات"

ہمیں ہر ماہ معزز قارئین کی آراء مشورے اور کونسلٹ کے لئے تراکیب اور ٹیپس کثیر تعداد میں موصول ہوتے ہیں ان سب کے لئے ہم آپ کے تہدول سے مشکور ہیں۔ (ادارہ)



جون کا شمارہ دلچسپ تھا

دلچسپ اس لئے کہ رہی ہوں کہ بچوں نے سمجھا کہ جیسے یہ ان ہی کے لئے شائع کیا گیا ہے۔ گرمیوں کی چھٹیاں شروع ہیں۔ بچوں کی تصاویر اور مصروفیات کی رپورٹ اچھی لگی۔ آئی فون، آئی پیڈ سکھائیں گے نماز اور وضو کا صحیح طریقہ اچھا لگا۔

آم کا اچار ڈالڈا دار

ہمارا خیال تھا کہ آپ آم پر بہت اچھا مضمون شائع کریں گی۔ مضمون تو اچھا ہی تھا مگر ہماری توجہ آم کے اچار پر مرکوز رہی اور اپنی غلطیاں سدھارنے کا موقع مل گیا۔ خیر کے بارے میں اتنی معلومات ہمیں نہیں تھی اب پتا چلا کہ یہ تو پرانا کنگ سلٹ ہوتا ہے۔ صائمہ بشر... خٹواں الہیار

پڑے کی جدید ثقافت بھاگی

عربی طرز کے برتنے اور عباہ کی ڈیزائننگ پر بہت اچھا اور مختلف مضمون پڑنے کو درخ زیا کے مضامین پہلے سے بے حد معیاری ہو گئے ہیں اور انہی بات یہ ہے کہ آپ ماڈرن طرز کی نئی نئی چیزیں متعارف کروا رہے ہیں۔ میرا اشارہ ہوم لیشل ہے بڑا ضروری اور آپ کے پرس میں کیا رکھا ہے؟ کی طرف ہے۔ ایسے مضامین میں آئندہ بھی لکھی رہیں۔ انہیں پڑھ کر



مرحبا، صدمرحبا آمد رمضان ہے

ٹیکنالوجی کی یہ اسپیس دنیاوی امور کے ساتھ ساتھ نیکیاں کمانے کا ذریعہ بھی ہیں۔ ٹیبلٹ اور اسمارٹ فونز سے دنیا فٹھر نہیں پرختل ہو گئی ہے۔ اسمارٹ فونز اور ٹیبلٹ کمپیوٹرز کے لئے ڈیزائنڈ ایپلی کیشنز دنیا سے ہمیں باخبر رکھنے کا اہم ذریعہ بن گئی ہیں۔ شروع میں اسمارٹ فونز ایک مخصوص طبقے تک محدود تھے مگر اب مناسب داموں میں دستیابی نے ہم سب کے لئے سہولتیں مہیا کر دی ہیں۔

تاراض لوگوں کو نماز، نماز تراویح اور غیرہ وغیرہ۔

رمضان دعائیں (Ramadan Duas)

اس سادہ سی ایپ میں دعائے سحر و افطار، دعائے تراویح، پہلے دوسرے اور تیسرے عشرے کی دعائیں ہیں، اس ایپ میں بہت کم بیٹری استعمال ہوتی ہے۔

اسلام ان سائڈ (Islam Inside)

یہ معلوماتی ایپ ہے۔ استعمال کرنے والوں میں مقبول بھی ہے۔ اس میں بنیادی ارکان نماز، روزہ، زکوٰۃ، حج اور جہاد کے بارے میں آگاہی فراہم کی گئی ہے۔ اس ایپ میں چھ کلمے، نماز کی اہمیت، نماز پڑھنے کا طریقہ، اور دیگر فطری نمازیں مثلاً چاشت، اشراق، تہجد، توبہ و حاجات اور نماز عیدین پڑھنے کا طریقہ بھی بتایا گیا ہے اور ساتھ ہی ساتھ امتحانات کی دعا، گھر میں داخل ہونے کی دعا، کھانے کھاتے وقت کی اور بعد کی دعا بھی موجود ہے۔ یہ فری ایپ اینڈ رائیڈ فونز پر دستیاب ہے۔

رمضان ہیلتھ ٹیمپس

(Ramadan Health & Nutrition Guide)

اس پیڑ ایپ میں روزوں کی احتیاطی تدابیر کے علاوہ روزے کے جسمانی و روحانی فوائد سے بھی آگاہ کیا گیا ہے۔ اس ایپ میں روزے کی طبی معلومات، جسم میں رونما ہونے والی تبدیلیوں، پانی کی کمی پورا کرنے کے لئے مفید غذاؤں اور مشروبات کی طبی خواص، زکوٰۃ کیلکولیٹر اور مختلف مکاتب فکر کی تعلیمات کے حوالے سے معلومات دستیاب ہیں جن سے آپ کو صدقہ و خیرات دینے کی معلومات بھی مہیا ہو سکتی گی۔

آئی قرآن (I Quran)

رمضان المبارک میں قرآن کا مطالعہ کرنا بہت ضروری اور لازمی امر ہے اور اگر آپ کے پاس آئی قرآن جیسی ایپ ہے تو کسی بھی جگہ اور ٹھکانے سے وقت میں بھی نہ صرف قرآن مجید بلکہ ترجمہ بھی پڑھا جاسکتا ہے۔ 35 سے زائد زبانوں میں یہ ترجمہ بتایا آپ کی مدد کرے گا۔ اس کے علاوہ ہر طبقے کے روز سورہ کہف پڑھنے کی یقین دہانی بھی کروائی جاتی ہے۔

اوقات نماز (Prayer Times)

رمضان المبارک میں کسی نئی جگہ پر یا سفر میں سب سے بڑی مشکل یہی ہوتی ہے کہ قبلہ رخ کس طرف ہوگا۔ اس ایپ میں قبلہ کیپاس جیسی سہولت مہیا کی ہے تو کیوں نہ اس سے فائدہ اٹھایا جائے۔

مساجد کی تلاش (Mosque Finder)

ہر روزے دار کی خواہش ہوتی ہے کہ جہاں تک ممکن ہو پانچ وقت باجماعت نماز ادا کی جائے۔ ایسے میں اگر کسی نئی جگہ جائیں اور نماز کا وقت بھی ہو تو بتایا آپ کا پہلا کام یہی ہوگا کہ جلد از جلد کوئی مسجد تلاش کریں تو اس کے لئے بھی ٹیکنالوجی کی مدد حاضر ہے۔ یہ ایپلی کیشن کسی قریبی مسجد تلاش کرنے میں آپ کی مدد کرتا ہے۔

رمضان ٹائمز (Ramadan Times)

متحدہ ایپلی کیشنز میں رمضان کے اوقات کا علم ہو جاتا ہے۔ یہ مقبول ترین ایپس میں شامل ہے۔ اس کے وال پیپر پر کئی الارم آئشن بھی موجود ہیں تاکہ صحیح وقت پر سحری اور افطاری کی جاسکے۔

میرا حلال کچن (My Halal Kitchen)

رمضان المبارک میں اگر کسی انجس سے افطار و سحری کے حوالے سے عربی، پاکستانی، ہندوستانی، تھائی، چائینی اور بری کھانوں کی ترکیب مل جائیں تو بڑی سہولت ہو جاتی ہے۔ یہ ایپ صرف کھانوں کے لئے ڈیزائن کی گئی ہے جس میں رمضان کے حوالے سے آشپزی کی ترکیب موجود ہیں، تمام کے تمام کھانے حلال میں اور تصاویری مدد سے بہتر طریقے سے سمجھا یا گیا ہے۔

Ramadan Achievements

یہ فری اینڈ رائیڈ ایپ رمضان المبارک کے حوالے سے چند بہترین انجس میں شمار ہوتی ہیں۔ ایپ کی مدد سے روزانہ مختلف کاموں کی یاد دہانی کرائی جاتی ہے جن کے ذریعے آپ اس ماہ مقدس کا اصل حق ادا کر سکیں گے۔ مثلاً اس ایپ کی مدد سے آپ کو یاد دلایا جائے گا کہ کیا آپ نے بڑی کو افطاری کی پلیٹ بھجوائی، کسی بھوکے کو افطار کروایا یا کھانا کھلایا۔ قرآن پاک پڑھا؟

ذیل میں ہم چند اسلامک ایپس کا حوالہ دے رہے ہیں جن سے کم وقت میں زیادہ سے زیادہ صرف معلومات حاصل ہوتی ہیں بلکہ اجر و ثواب میں بھی اضافہ ہو سکتا ہے۔ رمضان المبارک کا آغاز ہوتے ہی آئی پرے، آئی قرآن، قبلہ ڈائریکشن، کیلنڈر، قمری ڈی وائرل ٹورز آف مکہ اور دیگر اسلامک لیسپ کی ڈاؤن لوڈنگ کئی مہین تک چاہیگی ہے۔ مشرق وسطیٰ کے اخبار گلف نیوز کے مطابق رمضان المبارک میں بہت سے کام موبائل کے ذریعے ہوتے ہیں اور اس میں سسٹ ہی جاتے ہیں۔

رمضان کٹ (Ramadan Kit)

اس ایپ میں تسبیحات، دعائیں اور رمضان کا کیلنڈر ہوتا ہے۔ پاکستان کے علاوہ دیگر کئی ممالک کے سحر و افطار کے اوقات اس ایپ میں دیکھے جاسکتے ہیں۔ مسنون دعاؤں اور تسبیحات کی بدولت یہ ایپ کافی مفید ہوگی۔ آپ اسے گوگل پلے سے ڈاؤن لوڈ کر سکتے ہیں۔





استقبال رمضان...

یہی وقت ہے بچت کے بونس کا

عصف آصف

روزہ صرف انسانی روح کی غذا ہے بلکہ اس

میں جو دینی اور دنیاوی رموز چھپے ہوئے ہیں وہ صرف نیک نیتی سے روزے رکھنے والے کو ہی حاصل ہو پاتے ہیں۔ روزہ اسلام کا ایسا بنیادی رکن ہے جس کا مقصد سب سے بڑی نعمتیں موجود ہونے کے باوجود اپنے مالک کی رضا کی خاطر ان سے چند نعمتوں کے لیے مدد موڑ لینا، بھوکا پیاسا رہنا اور اپنے نفس کو اللہ تعالیٰ کی حقیقی عبادت کی طرف مائل کرنا ہے۔ قرآن پاک میں ارشاد ہوا ہے کہ ”اگر تم سمجھو تمہارے حق میں اچھا یہی ہے کہ روزے رکھو“ (سورۃ البقرہ)۔

روزہ انسانی نفس، قلب و باطن کو ہر قسم کی آلودگی اور کشافیت سے پاک کر دیتا ہے۔ ایک مہینہ کچھ وقت کے لیے کھانا چھوڑ دینے سے نظام انہضام کی ایسی تربیت ہو جاتی ہے جو انسانی جسم کو سال بھر صحت مند رکھنے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ بحالت روزہ انسان کو بھوک اور پیاس کے کرب کا احساس ہوتا ہے۔ اس وجہ سے اس کے دل میں قربانی، ایثار اور ہمدردی کے جذبات پروان چڑھتے ہیں۔ وہ عملی طور پر ان حالات سے گزرتا ہے تو اسے معاشرے سے جڑے مفلوک حال افراد کے درد کا اندازہ ہوتا ہے۔

انسان کے اندر صبر و ضبط اور شکر کی کیفیت بیدار ہو جاتی ہے۔ جو کہ تقویٰ کے لیے ضروری ہے۔

سوال یہ اٹھتا ہے کہ کیا ہم سب روزے کی فضیلتوں سے مکمل طور پر فیض یاب ہو پاتے ہیں؟ حقیقت دنیاوی جمیلوں میں اللہ کر اس سے حاصل ہونے والی نافرمانیت سے قائم و دائم مشکل یا کم ہو جاتا ہے۔ خاص طور پر خواتین اس ماہ میاں میں جنہی وقت کا زیادہ حصہ گھر کے کاموں میں ہی گزار دیتی ہیں۔ پھر انہوں کو کتنی رنج و ملال ہے کہ اگر ایک بہتر صحت عملی کے تحت اپنی روشنی بھائی جائے تو ہمارے سارے کام بھی احسن طریقے سے انجام پائیں گے اور ہمیں عبادت کے لیے بھی مناسب وقت میسر آجائے گا۔ اس بابرکت مہینے کے شروع ہونے سے چند دن قبل ہی استقبال رمضان کی تیاریاں مکمل کرنی چاہئیں تو وقت کی خاصی بچت ہو جائے گی یوں ماہ صیام کی برکتوں اور نعمتوں سے زیادہ سے زیادہ فیض یاب ہو جاسکتا ہے۔

اگر گھر میں خواتین کو اس طرح کے مسائل پیش آتے ہیں کہ اس بابرکت ماہ کا کوئی وقت زیادہ تر تکیں میں سہری اور افطاری کے لیے بکادوں کی تیاریوں میں صرف رہتی ہیں۔ اس وجہ سے تلاوت، ذکر اور دعا کے عظیم فوائد سے محروم رہ جاتی ہیں۔ دن کے اول و آخر میں وقت کا بڑا حصہ کھانے پینے کے معاملات کی نگرانی پر لگا ہوتا ہے۔ اگر سمجھا جائے تو یہ ایک بہت بڑا خسارہ ہے۔ جس کی فکر

کی جانی چاہیے۔

ماہ صیام سے قبل گھر کی اچھی طرح سے صفائی کر لی جائے، تو عید سے قبل ہلکی پھلکی صفائی کی ضرورت باقی رہ جائے گی۔ ہر کمرے میں لگے پتھروں کی گرد جھاڑ کر انہیں اچھی طرح سے صاف کر لیں۔ دیواروں پر سے چالے اتاریں۔ پردوں کو دھو کر استری کر لیا جائے دیواروں سے دھبے صاف کرنا ضروری ہے۔ خصوصاً بلاسٹک پینٹ کی دیواروں کو سرف سے دھو لیا جائے تو چمک جائیں گی۔ اگر گھٹے موجود ہیں تو اس پر لال گودو یا پینٹ کر دیں، نئے ہو جائیں گے۔ واش روم، بچن اور ڈرائنگ روم کو بھی اچھی طرح سے صاف کر لیا جائے تو عید کے قریب ہر سہری کی صفائی کی ضرورت باقی رہ جائے گی۔

عید کے لیے گھر کی تزئین و آرائش کا کچھ کام اگر قبل از رمضان کر لیا جائے تب بھی روزے کی حالت میں اہل خانہ پر کام کا بوجھ کم ہو جائے گا۔ کچھ لوگ عید سے قبل اپنے مکانوں کو وائٹ واش کرواتے ہیں۔ اگر یہ کام رمضان میں سے پہلے کروائے جائیں تو گھر کا پھیلاوا دھ جلدی سٹ سکتا ہے۔ روزے کی حالت میں یہ سارے کام بہت تکلیف دہ ہو جاتے ہیں۔ تھکان الگ ہو جاتی ہے۔

عید کے لیے خریداری کا سلسلہ پورے رمضان جاری رہتا ہے۔ ایک تو اس وقت بازاروں میں بہت رش ہو رہا ہوتا ہے، مہنگائی عروج تک جا پہنچتی ہے، درزیوں کے پاس رش کی وجہ سے سلاخی کا مسئلہ الگ اٹھ کھڑا ہوتا ہے۔ سمجھداری کا تقاضہ یہ ہے کہ عید کی کچھ تیاری رمضان سے پہلے ہی کر لی جائے۔ اس طرح روزے کی حالت میں ٹریفک جام، بازاروں کی گہما گہمی، رش کے ساتھ ساتھ دکانداروں کی تو تو میں میں سے بھی جان چھوٹ جائے گی۔

ہر دلی کاموں سے فراغت حاصل کرتے کے بعد گھر کی طرف توجہ دی جائے۔ اس ماہ میں سب سے زیادہ خرچ کا استعمال کیا جاتا ہے اس لیے دو دن قبل اس کی اچھی طرح سے صفائی ہو جائے تو دوران رمضان اس میں چیزیں فریز کرنے میں مسئلہ پیش نہیں آئے گا۔ فریز کی ہوئی پرانی چیزوں کو پہلے استعمال کریں۔ اس کا فائدہ یہ ہوگا کہ خرچ میں رمضان کے لیے تیار شدہ اشیاء رکھنے کی خاصی محتاجی نکل آئے گی۔ حرام خانے اچھی طرح سے سرف طے پانی سے صاف کریں تاکہ بولکل جائے۔ خرچ صاف کرنے کے بعد ایک خانے میں کھانے کا چھوٹا سا گھر رکھ دیں تاکہ گھر میں کھانے کا اندازہ نہ رہے۔ کھانا بھانسی، بھنائی، بھنکنا یا کھانے کا ایک ٹرے میں پھیلا دیں۔ جب

وہ جم جائیں تو الگ الگ نکال کر ان کو ایک ڈبے یا شاپر میں بند کر کے رکھ دیں وقت ضرورت بہت کام آئیں گے۔ پالک ہار ایک کاٹ لیں دھو کر صبح سے پانی نکالیں، اخبار میں لپیٹ کر فریج میں بھری کے خانے میں رکھ لیں۔ پکڑے بناتے ہوئے کم محنت ہوگی، اسی طرح ہر ادھینا بھی کاٹ کر رکھا جاسکتا ہے جو رمضان میں بہت کام آتا ہے۔ ٹماٹر کی چٹنی پکا کر رکھ لیں۔ ٹماٹر دھو کر کاٹ کر پین میں چڑھا دیں، جب اچھی طرح پک جائیں اور پانی بالکل خشک ہو جائے تو کسی بھی شیشے کے جار میں رکھیں۔ جب بھی کڑھائی پکائی ہو تو اس چٹنی کی وجہ سے بہت کم وقت میں اچھا کھانا آسانی سے پک جائے گا۔

آپ چاہیں تو سوسے، اسپرنگ رول، بچن ہال، بکٹس اور میٹ بائز بنا کر پہلے ایک ٹرے میں پھیلا کر رات بھر کے لیے فریز میں رکھ دیں، جب صبح سے فریز ہو جائیں تو خشک تھیلی میں بھر کر تھوڑے تھوڑے فاصلے سے رکھ دیں تاکہ آپس میں چپکیں نہیں۔

اسی طرح کالے اور سفید جنوں کو اچھی طرح سے اہال کر پانی چھان لیں۔ اب اپنی ایک دن کی ضرورت کے حساب سے تھیلیاں بنا کر رکھ دیں، روزے کے دوران دوسرے تین گھنٹے قبل نکال کر رکھ لیں تاکہ وہ گرم ہو جائیں اب اس میں حسب پسند مصالح ملا لیں۔

گھر کا بنا ہوا چائے مصالحہ بازار کی ناقص مصالحے سے کافی بہتر رہتا ہے۔ اور سستا بھی پڑتا ہے۔ ثابت لال مرچ، سفید ذریعہ سوڈا، تابت و ضیا صاف کر کے تو بے پیمانی اب اس میں تھوڑا سا کالا نمک ملا کر پھین لیجیے۔ یہ اتنی مقدار میں بنائیں کہ پورے رمضان کے لیے کافی ہو جائے۔ انہیں افطاری کی تیاری کے دوران چھوٹوں، دہی بڑوں اور فروٹ چائے پر حسب ذائقہ ملا کر مزید روش تیار کریں۔

دہی بڑوں کے لیے موگ اور ناش کی وال کو خشک نہیں کر رکھ لیں۔ جب بھی دہی بڑے بنانے ہوں ان کی وجہ سے آسانی ہو جائے گی رمضان کی آمد سے کچھ دن پہلے اگر یہ اشیاء تیار کر لی جائیں تو افطاری بنانے میں آسانی ہوگی بلکہ وقت کی بچت کا بونس الگ حاصل ہوگا۔

خالص، معیاری اور صحت بخش... ڈالدا کو کنگ آئل



معیاری اجزاء کے ساتھ ساتھ تیار کیا جائے جس طرح ڈالدا بہتر صحت اور نشوونما کا شعور اجاگر کرنے کے ساتھ ساتھ اپنے حصہ کی پیشہ ورانہ ذمہ داریوں کو پورا کرتے ہوئے اپنے معزز صارفین کی خدمت میں حفظان صحت کے بین الاقوامی معیار کے مطابق تیار کی گئی مصنوعات کی انتہائی مناسب قیمت میں با آسانی دستیابی کو یقینی بنانے میں ہمہ تن مصروف ہے، ضروری ہے کہ دیگر غذائی اجزاء جیسے گوشت، ہزیوں، اناج اور مصالحات کے انتخاب میں بھی معیار اور تیاری میں حفظان صحت کے اصول کو ملحوظ رکھا جائے کیونکہ یہ ہماری اور ہمارے پیاروں کی بہتر صحت، نشوونما اور خوشحالی کیلئے لازم و ملزوم ہے۔ رمضان المبارک میں تیار کئے جانے والے پسندیدہ اور خاص کھانوں کی تیاری کے لئے ڈالدا کو کنگ آئل بہترین انتخاب ہے۔ یہ پکالے کا خالص معیاری اور صحت بخش تیل ہے جس میں اضافی وٹامن، اے ڈی اور ای شامل ہیں یہ پھر پور صحت کے حصول میں انتہائی اہم کردار ادا کرتے ہیں، کولیسٹرول سے پاک ہر خاتون خاندان کی پسند اور سہولت کے مطابق ایک لیٹر پاؤچ تین اور ساڑھے چار لیٹر بوتلوں، ڈھائی لیٹرن اور پانچ لیٹرن پیک میں دستیاب ہے۔ اسی طرح بھرے پُرے گھرانوں کی ضروریات کے مطابق 10 لیٹر کین میں بھی دستیاب ہے۔



پکڑے، دہی بڑے، وال، چنے، آلو اور پھلوں سے تیار کی گئی چاٹ اور سکر کے دسترخوان پر پراٹھے ہمیشہ ہی پسند کئے جاتے ہیں۔ یہ اشیاء اکثر گھر پر بھی تیار کی جاتی ہیں اور بازاروں میں با آسانی دستیاب ہوتی ہیں۔ اس سلسلہ میں اس بات کو یقینی بنانا بے حد ضروری ہے صحت اور حفظان صحت کا شعور اجاگر کیا جائے اور ان اصول کی پاسداری کو خود بھی یقینی بنایا جائے۔ جب ہم گھر پر کھانا پکائیں تو اس وقت بھی اعلیٰ اور معیاری غذائی اجزاء کا انتخاب کریں ان کا تازہ اور خالص ہونا ضروری ہے۔ نیز کھانے کی تیاری اسی طریقہ سے کی جائے کہ خوراک میں موجود اجزاء کی لذت اور غذائیت برقرار رہے، کھانا پکانے کے بعد بھی اسے گرم اور مرطوب ماحول میں رکھنے سے گریز کریں۔ ہمیشہ خشکی اور خشک جگہ رکھیں اگر زیادہ مقدار میں پکایا جائے تو اضافی مقدار کو فوری طور پر ایئر ٹائٹ باؤل میں فریج یا ضرورت پڑے تو فریجز میں رکھیں۔ افطار اور سحری کے وقت کھانے میں اعتدال ضروری ہے۔ روزہ افطار کرنے کے فوراً بعد ایک وقت بڑی مقدار میں کھانا کھایا جائے یا مرغن اور دیر ہضم خوراک کا زیادہ اور مسلسل استعمال صحت کے لئے مضر ہو سکتا ہے۔

اس ضمن میں بہترین طرز عمل یہ ہے کہ افطاری روزہ ہضم اور مقدار میں نسبتاً کم اشیاء پر انحصار کیا جائے نماز مغرب کی ادائیگی کے بعد اطمینان سے باقاعدہ کھانے کا اہتمام کیا جائے۔ روزہ داروں کا دیر گئے کھانا کھانا نہ صرف سحر کے وقت بیدار ہونے میں حائل ہو سکتا ہے بلکہ رات کا کھانا ہضم نہ ہونے کی صورت میں سحری اچھی طرح کرنا بھی ممکن نہیں رہتا نتیجتاً یہ کہ روزہ کے دوران طبیعت کی گرانی اور مزاج کے تغیر جیسے مسائل سے محفوظ رہا جا سکتا ہے۔ جیسا کہ ابتداء میں تجویز کیا گیا کہ جو کچھ بھی کھائیں تازہ خالص اور

رمضان المبارک کا بابرکت مہینہ عالم اسلام میں ایک خاص مقام کا حامل ہے۔ ماہ رمضان کا روح پرور احساس تاجہ نظر ہر شے کو اپنے حصار میں سمیٹ لیتا ہے۔ رب ذوالجلال کی خاص مہربانیوں کا اثر ہر چیز اور کیفیت پر ظاہر ہوتا ہے۔ فرائض کے ساتھ نقلی عبادات خصوصاً روزے رکھنا اور فرائض کے ساتھ ساتھ نقلی عبادات خصوصاً روزے رکھنا اور روزہ داروں کو افطار کروانے کا خاص اہتمام ہوتا ہے۔ ہر کسی کی کوشش ہوتی ہے کہ اس کا رخصت کی سعادت حاصل کر سکے، اس ضمن میں خاندان، پڑوس اور احباب کے لئے افطار پارٹیوں کا اہتمام کیا جاتا ہے۔ نشر و اشاعت کے ذرائع اور ان سے استفادہ حاصل کرنے والے افراد کی بڑھتی ہوئی تعداد کی بدولت دنیا بھر کی ثقافتوں اور لوگوں کے رہن سہن پر ایک دوسرے کے اثرات واضح طور پر نمایاں ہیں، روزہ کھانوں کے انتخاب، ملبوسات، فرنیچر ہر چیز میں کسی دوسری ثقافت کا رنگ با آسانی دیکھا جا سکتا ہے۔ اس صورتحال کے بے شمار مثبت پہلوغور طلب ہیں ان میں سب سے بڑھ کر یہ کہ کردہ ارض پر آہو ہر خطہ سے تعلق رکھنے والے دیگر افراد کے، سماجی، سیاسی، معاشی اور تعلیمی نظام حتیٰ کہ ہر نوعیت کی روایات اور کیفیات سے واقفیت رکھتے ہیں۔ ہمارے ہاں اس محرک کا سب سے زیادہ اثر خورد و نوش کے شعبہ میں نظر آتا ہے کسی بھی ملک سے تعلق رکھنے والے کسی بھی کھانے کی مقبولیت بہت جلد نمایاں مقام حاصل کر لیتی ہے اور یہ محض ریسٹورنٹ، کیفے یا ہوٹل تک محدود نہیں بلکہ خفقی، ترقی پسند اور مہمان نواز قوم کی خواتین مختلف ممالک کے کھانے بنانا سیکھنے کے لئے بہت پُر عزم ہیں اور محض گھروالوں کے لئے ہی نہیں بلکہ مہمانوں کی تواضع کے لئے بھی روایتی کھانوں کے ساتھ ساتھ غیر ملکی کھانوں کو مہارت کے ساتھ تیار کر کے دسترخوان کی زینت بناتی ہیں۔ اس سب کے باوجود آج بھی رمضان المبارک اور ہر قسم کے تہواروں پر روایتی کھانوں ہی کو ترجیح دی جاتی ہے اور بیشتر گھرانوں میں بہت خصوصیت کے ساتھ ان کی تیاری کا اہتمام کیا جاتا ہے۔ رمضان المبارک کے موقع پر مختلف انواع و اقسام کے

کیا رمضان اور عید پر بھی کریں ڈائٹ؟

صبا گل (ماہر غذائیت) ڈائٹ پلان وضع کرتی ہیں

صبا گل حسن

رمضان المبارک ہو یا عید الفطر کا دن ہی تہوار، غذائی بے اعتدالی آپ کو بیمار کر سکتی ہے۔ اس سے پہلے کہ آپ لرہی میں مبتلا ہو جائیں اور خوشنما لباس آپ پر قلعی نہ پٹے اور بدن بے ڈول ہو جائے۔ اس لئے ان مہینوں میں بھی آپ صرف تھوڑی سی تبدیلی کر کے اپنا صحت مند طرز زندگی قائم رکھ سکتے ہیں۔ رمضان میں اگر آپ کاربوہائیڈریٹس مثلاً (شکر) (سفید) (مٹھائی، ذیل روٹی اور بیکری آئٹمز) کم کر لیں تو 51% کے قریب کیلوری بڑھنے نہ پائیں گی۔ اسی طرح 30% چکنائیاں جو ذیری مصنوعات سے حاصل ہوتی ہیں ان میں کٹوتی کر سکتے ہیں۔ پروٹین کی مد میں 13% کی اس طرح کی جاسکتی ہے کٹاؤ، گوشت، مرغی اور مچھلی قدرے کم مقدار میں کھائی جائے۔ ذیل میں چارٹ کی مد سے مختلف جسمانی حالتوں میں غذا کے استعمال کے فوائد اور توانائی کا جائزہ لینے میں آسانی ہوگی۔

غذا (گرام میں)	گلوکوز تحلیل کرنے والی توانائی	حرارے	غذائیت
چکن روست	0	231	آئرن، کیکسٹیم، چکنائی 51%، پروٹین 49%، وٹامن-A
چاول (58 گرام)	24	250	کاربوہائیڈریٹس 83%، چکنائی 10%، پروٹین 7%
آلو (50 گرام)	11	48	کاربوہائیڈریٹس 1%، چکنائی 51%، پروٹین 48%، وٹامن-A، آئرن
اٹھا (ایک عدد اٹھا ہوا)	2	73	کاربوہائیڈریٹس 2%، چکنائی 63%، پروٹین 35%، وٹامن-A، آئرن، کیکسٹیم
سفید اٹل روٹی (28 گرام)	14	101	کاربوہائیڈریٹس 78%، چکنائی 11%، پروٹین 11%
کھجور (24 گرام)	9	66	کاربوہائیڈریٹس 74%، چکنائی 1%، پروٹین 3%، ڈائٹری فائبر، پوٹاشیم، وٹامن-A اور K
دودھ (غل کریم)	3	20	کاربوہائیڈریٹس 38%، چکنائی 31%، پروٹین 31%، وٹامن-A، آئرن اور کیکسٹیم
اورٹھوس (250 گرام)	8	86	کاربوہائیڈریٹس 94%، پروٹین 6%، وٹامن-A، C، کیکسٹیم
کیلا (ایک عدد)	13	94	کاربوہائیڈریٹس 81%، چکنائی 10%، آئرن اور کیکسٹیم
بج (100 گرام)	3	3	کاربوہائیڈریٹس 96%، چکنائی 2%، پروٹین 2%

گرمیوں کے دنوں میں روزے نہ بھی ہوں تب بھی طویل دن کے حساب سے فائبر اور کاربوہائیڈریٹس پر مشتمل غذا نہیں لینی چاہئیں تاکہ یہ فوری طور پر ختم بھی نہ ہوں اور توانائی کا تسلسل جاری رہے تاہم پانی کی مقدار بڑھانا بہت ضروری ہے۔ جب سے پہلے بیدار ہو کر دو گلاس پانی پی لیں۔ سحری کے درمیان آرام مقدار میں پی لیں مگر افطار کے بعد صحت بخش مشروبات پر زیادہ توجہ دیں۔ سادہ پانی بھی بہترین صحت بخش مشروب ہے تاہم ٹیٹھے شرابوں کو بھی گھٹا استعمال کریں جائے اور ٹینکس ایسی یا لیٹوں پانی اور سٹوک استعمال زیادہ کیا جائے تو بہتر ہے۔

اب رمضان میں لائیں آسانیاں

آڈر کریں سحری یا افطاری



وقت ای میل کر دی جائے تو چند ہی ساعتوں میں آپ کے میل فون پر کنفرمیشن آ جاتی ہے۔ اس کے بعد آپ اپنے مل کی رقم گن کر گیٹ کے قریب آ جائے کیونکہ رائڈر نے بھی واپس جا کر سحری کرنی ہے اور اگر ممکن ہے تو ہزار روپے کا کھلا (Change) لے کر رکھے۔ رائڈر پر بھی رحم کھائیے وہ کہاں دودھ دانی والے کے ہاں سے کھلے پیسے مانگتا پھرے گا۔

• اگر آپ پڑا کھانے کے موڈ میں ہیں اور براہ راست آڈٹ لیٹ سے

حضرت انسان کسی حال میں کم ہی مطمئن ہوتا ہے۔ روز و شب میں معمولات کی یکسانیت سے بہت جلد ہی دل ادب سا جاتا ہے۔ رمضان المبارک میں بڑے اخلاص کے ساتھ روزے رکھے جاتے ہیں۔ کوئی بھی ڈی سی اللہ جبارک و تعالیٰ کی یاد سے غافل نہیں رہتا چاہتا۔ 30 روزوں کے درمیان عرصے میں کبھی کبھی جی چاہتا ہے کہ گھر کے معمولات سے ڈرامٹ کر یا تو باہر جا کر سحری اور افطاری کی جائے یا پھر ایک نئے رجن کو اپنا کر دیکھا جائے کہ پسندیدہ کھانوں کی ہوم ڈیلیوری سروس کا تجربہ کیسے رہتا ہے؟

Food Panda

ایک ایسی ویب سائٹ ہے جہاں شہر بھر کے بہترین کھانے پیش کرنے والے ریستورانوں کی خدمات حاضر ہیں۔ ان میں پڑا پارلر، سینڈویچز، بڈ گز، پاستا، کھانسی، سبزیوں، گوشت، چنے کی ڈشز، چکن، تھک، مصالحے دار، مٹھی اور حیدر آبادی کھانے، گڑا، اچیاں، بریانی کے علاوہ افطار کے لوازمات بھی موجود ہیں۔ شہر میں ٹریفک کے اڑدھام کا خیال رکھتے ہوئے افطار کے آڈر کم از کم دو گھنٹے قبل کئے جائیں۔ اسی طرح سحری کے لئے بھی قبل از

ہوم ڈیلیوری ہوتی ہے البتہ عربی پراسٹے یا وحید کے دھاکے والے میرٹھ کے کباب ڈیلیور نہیں کئے جاتے۔ تو سحری نہ سہی آپ افطار پرنس روڈ جا کر کر سکتے ہیں۔

گھر کا کھانا یا ایک نیوڈ جین ہے جو مکمل طور پر دیسی کھانوں کی بے مثال ورائٹی پیش کرتا ہے۔ ان کی ویب سائٹ دیکھئے میلو کا انتخاب کیجئے اور آڈر کرو دیجئے شور بے اور پھنے ہوئے سالنوں میں سے کوئی بھی ایسی ڈش جو کم و بیش کنبے کے تمام ہی افراد کو پسند ہو۔ گھر کا کھانا سوئچی ڈشز کے روایتی ذائقوں کے ساتھ ساتھ چند خاص میٹھی ڈشز بھی پیش کرتا ہے آپ چاہیں تو افطاری اور رات کے کھانے کے لئے بھی ایک ہی چکر میں دو یا دو سے زائد ڈشز طلب کر سکتے ہیں۔ اب کہنے منہ کا ڈانٹہ بدلا کہ نہیں۔

آڈر کرنا چاہتے ہیں تو ٹائم ڈیل سے بھر کی بات ہو سکتی ہے۔ ہماری ایک دوست نے سحری کے وقت سے دو گھنٹے قبل Large سائز کا پڑا آڈر کیا اور چھپ کر نماز ادا کر لیں۔ آج وہ بچوں کو حیران کر رہا تھا چاہتی تھیں کہ گھر پر بھی سحری آ سکتی ہے۔ دھیان رائڈر کی آواز پر لگا رہا یہ کیا بات ہوئی کہ کمرے کی لائٹ بھی نہ جلائی اور بتل بیٹھے پر دو برس کی بیٹی تیل کی آواز سے ڈر گئی اور خاتون بیٹی کو گود میں لے کر گیٹ پر جا کر اپنا آڈر وصول کر کے آئیں۔ بے شک بیٹی پڑا دیکھ کر بہن گئی ہوگی مگر بتل بیٹھے سے سر پر ہنر کہاں رہا۔ گھر کے تمام افراد آکھیں۔ ملے ملے ”کون آیا کون آیا“ کہنے لگے۔ بچوں نے پاپا کو بتایا ”پڑا آیا“ کچھ فاسٹ فوڈ جنرل گرم بیٹروں کے مخصوص پڑا بیگز یا Padded Bags میں ہمارا آڈر گھر تک لاتے ہیں اس طرح آپ شہر کے کسی بھی کونے میں ہوں آپ کو تازہ بہ تازہ فریج فراہم کر رہی برگرز بھی خراب حالت میں نہیں ملیں گے۔

• اگر آپ اعلوی، جاپانی یا کائنی نیشنل کھانوں سے سحری کرتا چاہیں تو ایک شب قبل نماز تراویح سے پہلے کھانا آڈر کرو دیجئے کیونکہ یہ ریستوران رمضان میں سحری کی خدمات پیش نہیں کرتے۔

• پرنس روڈ سے نہری، حلیم وور پائے کی



روزہ کشائی...

نہی روزہ دار کی کریں حوصلہ افزائی



بچوں کی تربیت اور شخصیت کی نشوونما کے لئے ہماری مشرقی و مذہبی اقدار بے پناہ حسن رکھتی ہیں۔ مسلمان بچوں کو 7 برس کی عمر میں نماز کی پابندی کرانا اور پھر ماہ صیام میں روزہ رکھنے کی تربیت دینا ہمارا دینی فریضہ ہے۔ والدین بچوں کو بتاتے ہیں روزہ صبر ہے جس کی جزاء رب تعالیٰ ہے اور رمضان کے 30 روزے فرض کئے گئے ہیں۔ یہ بھلائی کا مہینہ ہے یعنی اہل قرابت سے حسن سلوک کرنے کا مہینہ ہے۔ اس ماہ میں رزق کی فراخی بھی ہوتی ہے اور نفل کا ثواب فرض کے برابر اور فرض کا ثواب ستر گنا زیادہ ملتا ہے۔ اسی مہینے میں شب قدر ہے اور اسی ماہ میں ابلیس قید کر دیا جاتا ہے اور دوزخ کے دروازے بند ہو جاتے ہیں۔ جنت آراستہ کی جاتی ہے اس کے دروازے کھول دیئے جاتے ہیں۔

ہے اور افطاری سے آنے والی خوشبوؤں کے بلاوے و مسترخون کی طرف ہلاتے ہیں لیکن صاحب علیزہ کی صابر طبیعت نے تمام گھر والوں کو چوڑا کا رکھ دیا وہ اپنی روزہ کشائی پر اسی نورین صلیب کا ہاتھ بٹاری تھیں اور اپنے چھوٹے بہن بھائیوں کی شرارتوں کا لطف بھی سہی نہیں۔ کامران رفیع صاحب کی یہ چیت پٹی پچھلے برس تک آدھے دن کا روزہ رکھ کر خود کو پورے دن کے روزے کے لئے تیار کر چکی تھی۔ گوکہ گرمیوں کے روزے تو بڑوں کے لئے بھی کسی آزمائش سے کم نہیں ہوتے مگر شاہ ہے علیزہ کو کہ جس نے دسترخوان لگانے تک امی کا ہاتھ بھی بنایا اور ہر گھنٹے بعد وقت نہیں پوچھا۔ علیزہ کو چکن سمو سے پسند ہیں اور مینگو ہیک بھی۔ مگر امی جان کا کہنا تھا کہ روزہ افطار کرتے وقت سادہ پھول کا شربت ہی من سب رہتا ہے جبکہ نماز مغرب سے فارغ ہو کر وہ ہیک بنا دیں گی۔ امی جان نے دھان پان میں علیزہ کی صحت اور گرمی کی حدت کو محسوس کرتے ہوئے سادہ افطاری بنائی تھی مگر ذات کا کھانا نہ تکلف اس لئے بھی تھا کہ اس مبارک روزہ کشائی میں اس کی سہیلیوں اور کزنز نے بھی شرکت کرنا تھی۔

ذوالحجہ و انزری سروں نے اس موقع پر منہ علیزہ کو کوکٹ آئل کا تحفہ دیا جسے وہ اگلے ہی روز تک استعمال کر کے اس دن کو یاد رکھیں گی۔ زیر نظر تصاویر میں دیکھئے کہ علیزہ اپنی والدہ اور بہن بھائیوں کے ساتھ نہایت سادگی سے پسند کا قاعدہ روزہ افطار کر رہی ہیں۔

جونہی کسی پر روزہ فرض ہو جائے تو والدین بھی چاہتے ہیں کہ بچہ رمضان کے پورے روزے رکھیں اور کسی شدید بیماری یا شرعی عذر کے بغیر روزہ ترک نہ کریں۔

اس بار ذوالحجہ کی ٹیم نے لاہور میں مقیم کامران رفیع صاحب کی بیٹی علیزہ کی روزہ کشائی میں شرکت

صاحب نے ڈالڈا ڈالڈا و انزری سروں کو کراچی میں متعدد بار پیشہ وارانہ نمائندگی فرام کی۔ آپ بھی ریستوران سے فسلک رہے ہیں۔ ان دنوں بھی لاہور میں ہوٹل ٹر مشری سے وابستہ ہیں۔ یوں تو رمضان میں عصر کی نماز کی ادائیگی کے بعد پکوان کی محفل بھی بہت

رمضان کا مہینہ مسلمانوں کے لئے سرسبز و برکت اور روحانی ترقی کا مہینہ ہے۔ جس میں انسان کی نیکیوں کے اجر میں ستر گنا تک اضافہ کر دیا جاتا ہے کیونکہ ہمارے مسلمان ل کر روزہ رکھتے ہیں اور ہاتھ ہمدردی و محبت سے چمکاتے ہیں۔ اس برائی کیفیت کو سچ بھی محسوس کر رہے ہیں۔ وہ عمری کے وقت جاگ جاتے ہیں اور اس اہتمام میں شریک ہو کر اپنے دینی و شوق کو بخیر کرتے ہیں۔ پھر



یہی ہے سگھڑاپے کا امتحان

رمضان اور عید کی تیاری کو بنائیے آسان



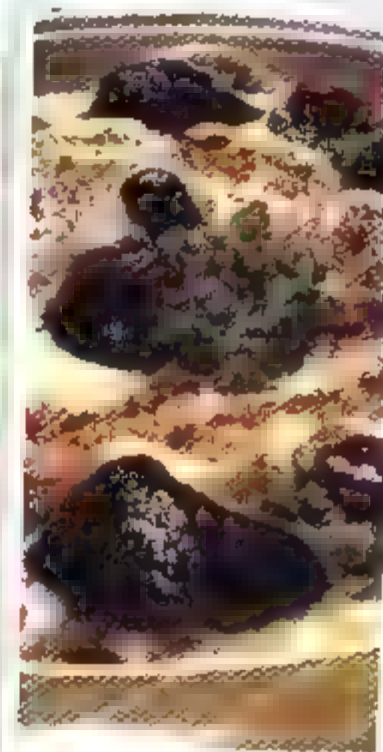
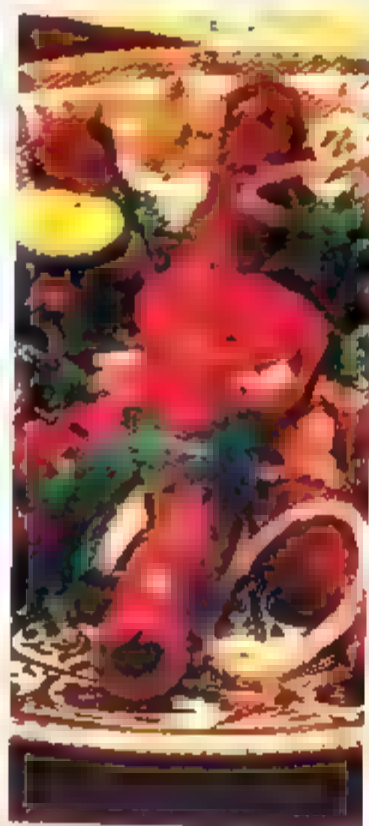
خاندہ کے سگھڑاپے کی دار

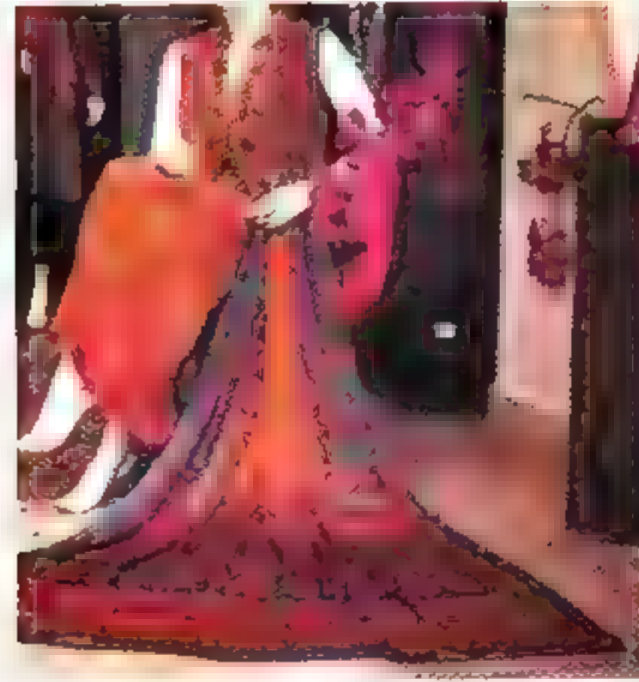
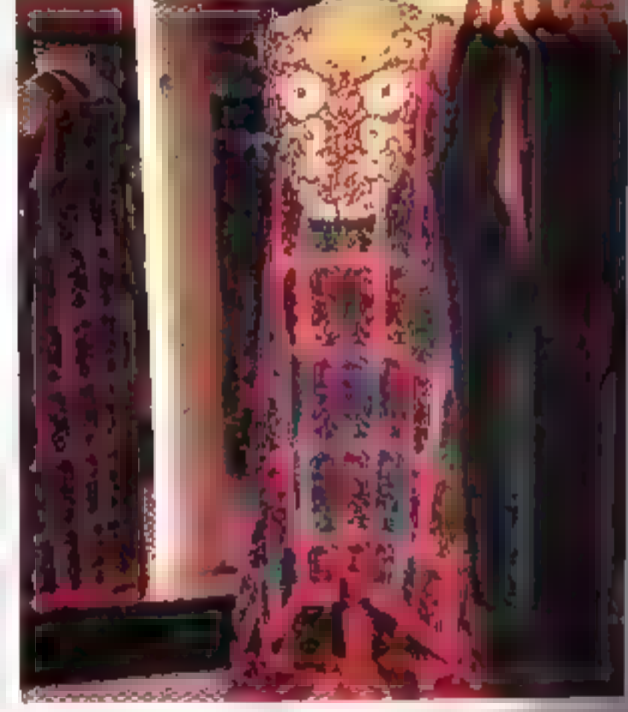
دیتا ہے بیڈگو، صفحہ کھڑا میز
پڑھ چکے ہوئے نظر آتے ہیں۔

اس کے بعد سوچا جاتا ہے۔ افطاری اور عری کے لئے کیا کرنا چاہئے۔ دالوں کو صاف کر کے رکھتے ہیں اور سفید چنے، کالے چنے ہال کران کے پکٹ بنا کر رکھتے جاتے ہیں۔ آلو کے کٹس، مٹی کی کباب، چوٹی کباب، قمبر کی مکی نکلیاں، تاج کباب پہلے سے بنائے جاتے ہیں۔ اسی طرح کوٹنے بنا کر پانی میں بھول کر رکھ دیتے ہیں۔ تاکہ رکھنے سے کوٹوں کی ہپ خراب نہ ہو۔ جب دل چاہا نکال کر بنائے، گائے کا گوشت بھی خواتین تک ڈال کر ہاں کر رکھ لیتی ہیں تاکہ پکانے میں آسانی ہو۔ بازار میں ٹیسن کی چھوٹی بندیاں، پھلکیاں پکٹ میں مل جاتی ہیں۔ خواتین کی کثرت آسانی سے ان کو استعمال کرتی ہے۔ پانی میں بھلو کر دی میں ڈال دیتے ہیں۔ دی، بھلوں کا مسالہ چھڑک دیتے ہیں۔ مونگ اور ماش کی دال بھلو کر پیسے پیتے ہیں۔ تھوڑے سے کا جو، بادام بھی پیسے ہوئے شامل کرتے ہیں۔ بھنے کی مریح کی پکڑیاں تل کر لٹافوں میں فریز کر کے رکھتے ہیں۔ اٹی کی چٹنی گڑ میں پکا کر بوتل بھر لیتے ہیں۔ پیاز، ہسن، اورک کا پیسٹ شیشے کی جیم کی بوتلوں میں پیس کر رکھتے ہیں۔ ڈیزل کھوپڑی زعفرانی کر کے رکھتے۔ لٹاڑ کی پیوری بنائیے۔ سفید زیت بھون ہو، سرخ ثابت مریج بھی ہوئی۔ کارٹنک میں کرکے پیوری بھلوں پر ڈال سکتی ہیں۔ کافی کام نمٹ جاتا ہے۔ روزوں میں وقت کی بچت ہوتی ہے۔ اچانک مہمان آجائیں تو آپ چٹوں کی چاٹ، دی بھلے کباب، کجوروں کے ساتھ افطاری میں رکھ سکتی ہیں۔ صبح نوویں بجے تک آپ شام کے لئے کھانا کھا لیتے ہیں۔ مہول کرکے، آلو، بیٹکن کے تھلے کاٹ کر لک کے پانی میں

کر دی جاتی ہے۔ اس معاملہ میں بزرگ خواتین بھی پیش پیش رہتی ہیں۔ گھر میں خصوصاً چھت پر لٹاڑیوں میں کوٹے کھدوں میں کوٹی جالا لٹس رہنا چاہئے۔ جس گھر میں جائے اور گندگی ہو وہاں عبادت میں بھی لطف نہیں آتا۔ اس کے ساتھ ساتھ استعمال ہونے والے سارے برتنوں کو نکال کر دھو، فچھ کر رکھا جاتا ہے۔ پنجاب میں گاؤں دیہات کے ہر گھر میں پتیل کی بڑی بڑی ہرات، تیسے پتیلیں، گلاس نکال کر ریت سے چمکا کر رکھ کر سجاتے جاتے ہیں۔ پرانی چادروں سے دسترخوان اور نیکہ عداں بٹتے ہیں۔ پروں کو دھو کر لگایا جاتا ہے۔ یوں سارا گھر خاتون

صغیرہ بانو شیریں
وہ صیام کو نیکو، رحمتوں، برکتوں کا موسم بہار کہہ سکتے ہیں۔ اس کے آنے کا استقبال پوری عقیدت اور محبت سے کیا جاتا ہے۔ خواتین اس معاملے میں زیادہ ہی پر جوش ہوتی ہیں، وہ چاہتی ہیں عبادت اور ریاضت میں بھی کمی نہ ہو اس کے ساتھ ساتھ فطری اور عری، مہنہ نڈاری کے فرائض بھی خوش اسلوبی سے سرانجام دیں۔ پہلے سے ہی اس کی تیاری میں مصروف ہو جاتی ہیں تاکہ روزوں میں ان کو اضافی کام سے بچنا پڑے، سب سے زیادہ فوقیت گھر کو دی جاتی ہے، نئے سرے سے گھر کا چارہ لے کر صفائی، جھاڑ پونچھ پہلے سے





گارمنٹس لوگ خریدتے ہیں۔ گجبرگ، ہیرنی، رکیٹ کے پیچھے بیگم ہار میں خواتین کا رخ نظر آتا ہے۔ آپ اپنے بچٹ کے مطابق چیزیں خرید سکتے ہیں، فیض کے مطابق کپڑا اور ملبوسات کا چناؤ کر سکتے ہیں۔ واپڈا ٹاؤن میں دیکھتے ہی دیکھتے بڑے بڑے اسٹور بن گئے ہیں۔ جہاں ہر طرح کا کپڑا موجود ہے۔ اسی طرح فیض ٹاؤن گاڑاؤن ٹاؤن، مسلم ٹاؤن وغیرہ میں مارکیٹ ہیں، ورگیا میں بھی ہر طرح کا کپڑا مل جاتا ہے۔ یہاں بھی واپڈا ٹاؤن ٹاؤن چلنا پڑتا ہے۔ سٹی سینٹر، ہور ٹاور، ایسا ریسینٹر وغیرہ اور دوسرے بے شمار سینٹر ہیں۔ مال ٹاؤن ٹک روڈ پر بھی عید کی خوب خریداری ہوتی ہے۔ ہور میں اتوار بازار بھی عید اور رمضان کے موقع پر میلے ان سے اور بلکہ پرانے کام والے سوٹ اور بچوں کے کپڑوں کی دکانیں دیکھتے ہیں۔ غریب غرو، نوکری پیشہ لوگوں کی عید یہاں سے شروع ہوتی ہے ان میں کچھ کپڑے بہت سستی قیمت پر مل جاتے ہیں۔ بچوں کی چڑیاں، ہینر بینڈ، جھوٹی موٹی سستے دھاتوں کی جیڑی بہت ملتی ہے۔ عید تو عید ہے۔ اس کی خوشیوں میں سب شامل ہوتے ہیں، کچھ دکانوں پر رمضان میں یا اس سے

پہلے سیل لگ جاتی ہے۔ کپڑوں کے تین کم دھاتوں پر ملتے ہیں۔ گھڑ خواتین ایسی دکانوں سے چھوٹے تین لے کر لپیٹے اور بچوں کے کپڑے خود ڈیرا لکھ کر کے سواتی ہیں، آج کل فیشن میں دیسے بھی دو تین طرح کے کپڑے گا کر سدا کی جاتی ہے۔ جو کپڑا انتہائی مہنگا ہوتا ہے اس کا ایک گز ہارہ گرا کا کھڑا لگا کر ٹھکانوں یا جارجٹ میں ڈیزائن کرنے سے برٹیک کا ڈیزائن بھی بن جاتا ہے اور دیکھنے میں قیمتی اور خوبصورت دکھتا ہے۔ ٹھکانوں پر کھروچ پڑ جائے یا ٹنڈی کاٹ لے، سوراخ دار ہیں ہوتا اس کھڑے کو بھی کام میں لایا جا سکتا ہے۔ اس کے پھوس کاٹ کر دوسری ٹھکانوں کے تین پر لگ جاتے ہیں۔ مارکیٹ میں جگہ جگہ پکوا کر کڑھائی والے اپنی میٹھیں سے کر پیٹھے ہوئے ہیں۔ گلے پر ڈیزائن بنوے، ہار پر اور دامن میک مشین سے پھوسوں کے چاروں طرف کڑھائی والے ٹانگہ سے پھول لگوائے۔ ایسے کٹ چیں بہت کم قیمت پر مل جاتے ہیں۔ حلقہ بندی، اور ڈھانت سے آپ بھی خود پیچھے سے اچھے ملبوسات ڈیزائن کر کے رمضان میں عید کی تیاری مکمل کر سکتی ہیں۔ خاتون خانہ کا یہی سکھڑ پا ہے۔

اعظم کلاتھ، رکیٹ میں روزانہ زنانہ تھوک میں اور ویسے بھی نسبتاً سست کپڑا دستیاب ہے، رنگ محل، انارکلی بازار میں بانو بازار میں بھی چیزیں ملتی ہیں۔ یتیم خانہ چوک پر بڑی مارکیٹ ہے۔ وہاں بھی ہر چیز مل جاتی ہے۔

بھونے کا ٹھیکس پڑیں گے۔ شام کو ٹھیکس میں مل کر پکڑے تلے ہارہ ایک بیج مارکیٹ کھل جاتی ہے۔ آپ دو گھنٹہ کے سنے بازار جانے کا وقت آسانی سے نکال سکتے ہیں اپنے اور بچوں کے کپڑے خرید سکتے ہیں، رمضان کے آخری عشرہ میں رش سے بھاڑ ہوتا ہے اور مہنگائی بھی عروج پر نظر آتی ہے، گلہ خواتین رمضان کے پہلے ہفتہ ہی میں مردانہ کپڑے درزی کو دے سکتی ہیں۔ بعد میں درزی بہت پھیرے لگوتے ہیں۔ سوشلنگ کا بہتہ کام کی زیادتی کا عذر ہوتا ہے۔ رمضان کے شراب میں ہی مردانہ کپڑے تیار ہو جائیں تو مسئلہ حل ہو جاتا ہے۔ ریڈی میڈ کپڑے ہاتھ مچھار کے دستیاب ہیں۔ مگر اچھی خاصی قیمت کے ہیں۔ عید کا تہوار قرب اور اہل کے لئے یکساں خوشیاں بانٹنا ہے۔ اپنی اپنی حیثیت کے مطابق سب فریادی کرتے ہیں۔ محض اودھ کے سنے تیاری کی جاتی ہے اور عید کے سنے بھی سستے اور خوبصورت کپڑوں کی تلاش رہتی ہے۔

یک بائز کے مطابق داتا ہار کے پاس بڑی قالی کا بازار ہے۔ یہاں جمعرات اور اتوار کو بازار لگتا ہے سب سے زیادہ سستی چیزیں یہاں ملتی ہیں۔

گاؤں کی بہت قرب و جوار کے لوگوں کا رخ آتا ہے کپڑے برتن اور گھر کی تاش کی چیزیں دستیاب ہیں۔ سلاخے نمایاں، چڑیاں، سوتی، رہنمی کپڑے، چکان کپڑے مل جاتے ہیں ای حرن شہر میں اعظم کلاتھ مارکیٹ میں روزانہ تھوک میں اور

بھنگل، ناگلی بازار میں ہوا بازار میں بھی چیزیں ملتی ہیں۔ یتیم خانہ چوک پر بڑی مارکیٹ ہے۔ وہاں بھی ہر چیز مل جاتی ہے۔ اچھرہ بازار آج بھی خریداری کے سنے مشہور ہے، خواتین کا رخ ہوتا ہے۔ اقبال ٹاؤن میں صون مارکیٹ ہے، یہاں ٹھکانوں نے بھی کپڑے کی بہت دکانیں کھلی ہیں۔ ہر طرح کے سنے سائے کپڑے، پیڈشٹ وغیرہ سے لے کر کرکری اور بچوں کے کھلونے تک شامل ہیں۔ کریم جاگ 5 کریم مارکیٹ بھی خریداری کے سنے مشہور ہے۔ پھولانی دکانوں میں ہر طرح کے ریڈی میڈ گارمنٹس، بچوں کے کپڑے، کرت شہر ٹاؤن ہیں۔ جو مٹاؤن میں بھی ب، مارکیٹ میں بڑے بڑے اسٹور ہیں۔ ٹھکانوں کی مارکیٹ میں سستی چیزیں ملنے کی وجہ سے لوگ زیادہ جاتے ہیں۔ مناسب دھاتوں پر ہر چیز ٹاؤن شپ بازار میں مل جاتی ہے ریڈی میڈ۔



افطار پارٹی...

ایک بابرکت تقریب،
ایک خوبصورت روایت

مریم ہاجو

رحمتوں اور برکتوں کا مہینہ رمضان جس کے آغاز کے ساتھ ہی ارض و سما سے گویا نور کی بارش برتی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ وہ مقدس کا چاند نظر آنے سے قبل ہی گھروں، بازاروں میں ایک جیسا گہما گہمی کی کیفیت محسوس ہوتی ہے۔ گھروں کی صفائی ستھرائی سے لے کر سحر و افطار کے لوازمات کی تیاری عروج پر پہنچ جاتی ہے۔ اپنا زیادہ سے زیادہ وقت عبادت الہی میں گزارنے کے مقصد کو پیش نظر رکھتے ہوئے خواتین اپنی عید کی تیاریوں کو رمضان سے قبل ہی ختم کرنے میں سرگرداں نظر آتی ہیں۔ بڑوں کا جوش و خروش اور تیریاں گھر میں موجود بچوں کے اندر بھی آنے والے مہینے کی اہمیت کو اجاگر کرنا اور اس شوق کو پروان چڑھانا ہے کہ وہ بھی اس گہما گہمی کا حصہ بنیں۔ لہذا رمضان کے آغاز سے قبل ہی روزہ رکھنے کے ارادے اور امی ابو سے سحری میں "ضروری" اٹھنے کے وعدے لئے جاتے ہیں۔

دیگر لاکھوں پاکستانی گھرانوں کی طرح ہمارے گھر میں بھی رمضان کو نہایت احترام اور جوش و خروش سے خوش آمدید کہا جاتا ہے۔ زکوٰۃ کے فریضہ کی ادائیگی سے لیکر غریب و فاقہ دار گھرانوں میں راشن کی تقسیم اور ساتھ ہی اہل خانہ کی پسند کو پیش نظر رکھتے ہوئے سحر و افطار کے مہینہ کی ترتیب جاری رہتی ہے۔

روزہ کی قرینیت کے بعد رسول اقدس ﷺ نے روزہ داروں

خصوصاً غریب اور ناداروں کی روزہ کشی کرانے والوں کو جنت کی نوید دی تھی۔ اس لئے مسلمان معاشرے میں افطاری یا روزہ کشائی کی تقاریب رمضان میں رونق کے اضافے اور ایصال ثواب کا باعث سمجھی جاتی ہیں اور خاص طور پر جب معاملہ ہو گھر بھر کے لاڈلے بچے کی روزہ کشی کا تو پھر جوش و خروش کچھ اور بڑھ جاتا ہے۔

معصوم ذہن ایک صاف سلیٹ کی مانند ہوتا ہے جس پر بچپن میں جو کچھ کندہ کر دیا جائے وہ تا عمر یاد رہتا ہے۔ لہذا یہ وقت تھا اپنے سات سالہ بیٹے کو روزے کی روح، حقوق اللہ اور حقوق الہی سے ان کی ذہنی استعداد کے مطابق آگہی دی جائے۔

گزشتہ دنوں ڈائریکٹوریٹ سروس نے اسلام آباد کے اسپرمل انٹرنیشنل اسکول کے سرکمپ میں شرکت کی۔

جہاں راقم مضمون گزشتہ کئی برسوں سے شعبہ تدریس سے وابستہ ہیں۔ یوں تو سرکمپ دن کے اوقات کار ہی میں اپنی سرگرمیاں جاری رکھتے ہیں لیکن اس روز بچوں کی دینی و مذہبی تربیت اور رمضان المبارک کی باسعادت گھڑیوں سے مستفید ہونے کے لئے



افطار پارٹی کا اہتمام کیا گیا۔

سرکمپ کی سرگرمیوں میں روزے کے ادب، نماز پڑھنے کے طریقے، قاعدے اور قرآن شریف پڑھنے کے فضائل بتائے گئے۔ جن میں بچوں نے یکسوئی اور توجہ سے ازبر کیا۔ اپنی محترم ٹیچرز کے ساتھ نماز عصر اور پھر افطار کے بعد نماز مغرب ادا کی گئی۔

والدہ افطاری کی جانب سے بچوں کو تحائف اور دعاؤں کا نذرانہ پیش کیا گیا۔ یوں باہم مل جل کر افطار کرنے کی یہ تقریب سعید معصوم بچوں کی زندگی کی یادگار بن گئی۔

روزہ درود بھی جون جوری کا بڑوں کے لئے خاصا طویل اور صبر آزما ہوتا ہے مگر کیا کہتے ننھے میاں کے جوش، بیانی کو کہ یک دفعہ بھی جھوک یا پیس کی شکایت نہیں کی۔ آج کل کے بچوں کے لئے دن کو گزارنا ویسے بھی مشکل نہیں ہوتا، اگر دور جدید کے تمام تفریحی سامان میسر ہوں لیکن وعدہ ہو چکا تھا کہ روزے کے ساتھ یہ نماز اور قرآن کی پابندی کی جائے گی ہذا تفریبات کے ساتھ یہ سمسد حمد بند چلتا رہا اور ہمارا خرافطاری کا وقت قریب آن لگا۔ اسکو کی تنہ میہ، مہمانوں کی چہل چاہل اور لذیذ پکانوں کی خوشبوئیں یک خاص تقریب کا احساس دلارہی تھیں۔ بچوں کے لئے ایک الگ گوشہ مختص کر دیا گیا تھا جو کہ روزے سے بڑھ چکے ہوئے معصوم چہروں سے جگمگا رہا تھا بچے خوبصورت لباس پہنے تحائف و رشادیں وصول کرتے پھر رہے تھے۔ اذان کی آواز کے ساتھ ہی انتظار کی گھڑیوں ختم ہوئیں اور ساتھ ہی کئی بچوں کے "ہائل پورے روزے" کا اختتام بھی ہوا۔ ایک پر تکلف افطار اور کھانے کے بعد من تقریب دلہندہ کا دعاؤں کے ساتھ اختتام ہوا۔

دال کا دسترخوان



سحری اسپیشل

کبابی

ترکیب:

- چنے کی دان کو دھو کر ایک گھنٹے کے لئے دو پیالہ گرم پانی میں بھگو کر رکھ دیں، قیتے کو دھو کر چھتی میں رکھ کر خشک کر لیں۔
- ایک پیالہ کو موٹا کاٹ میں اور ایک پیالہ کو پارک کاٹ کر رکھیں
- پن میں دل کو پانی سمیت ڈال کر درمیانی آگ پر پالنے رکھیں اور ہال آنے پر آگ بجلی کر کے دس سے پندرہ منٹ تک بخنے دیں
- پھر اس میں قیتہ، ادرک، مونئی کئی ہوئی پیاز، ل مرچیں، درہنیا مل کر دیں۔ ہلکی آگ پر اتنی دیر پکائیں کہ دان اچھی طرح گل جائے اور پانی مکس طور پر خشک ہو جائے۔ نمک ڈال کر اچھی طرح مد میں
- فرائنگ پن میں ڈالڈا کو تکل آئل کو تین سے چار منٹ گرم کریں اور پارک کئی ہوئی پیالہ اور کھلے ہوئے ہن کے جوڑ کو سنہرا فرائی کریں
- آخر میں اس میں زیرہ ڈال کر کڑا میں اور تیار کئے ہوئے قیتے پر بکھا دیا دیں۔ یہ ہوا گرم مصدقہ چھڑک کر چار سے پانچ منٹ کے لئے دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس منظر دو ڈش کا ماہ رمضان میں پرٹھے پور یوں کے ساتھ حسب پسند سحر میں حلف اٹھائیں۔

اجزاء:

آدھا کلو	حابت لال مرچیں	آٹھ سے دس عدد
ایک پیالہ	سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
حسب ذائقہ	حابت دھنیا	ایک کھانے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ	دہی	دو کھانے کے چمچ
چار سے چھ عدد	مکس گرم مصدقہ پ ہوا	ایک چائے کا چمچ
دو عدد درمیانی	ڈالڈا کو تکل آئل	دو پیالہ

اس وقت دس سے پندرہ منٹ
اس وقت پینٹیس سے چالیس منٹ
دو بجے سے چھ کے لئے

ڈالڈا کا دسترخوان



سحری اسپیشل

ترکیب:

- کلچے کے چھوٹے ٹکڑے کریں اور انھیں دھو کر فریج میں رکھ دیں۔ ایک پیاز کو ہار ایک کاٹ میں اور ایک پیاز کو چھین کر رکھیں
- چن میں ڈالڈا کو گنگ آئل پر گرم کریں اور ہار ایک کی ہوئی پیاز کو فرائی کرنے ڈالیں
- کلچے پر نمک، اور گنگ آئل اور سا مریج لگا کر رکھ دیں۔ پیاز سنہری ہوئے لگے تو اس میں پیسی ہوئی پیاز، ہندی دھنیا اور دہی ڈال کر بھونیں
- مصالحے سے جب تیل صاف ہو جائے لگے تو اس میں ٹیڑا اس کر بھونیں اور ساتھ ہی کلچے بھی شامل کر دیں
- آٹے تیز کر کے تلی دیر بھونیں کہ تیل صاف ہو جائے (جیسا کہ پیسی کو زیادہ پکنے نہیں دینا ہے ورنہ وہ سخت ہو جائے گی)

پریزنٹیشن:

اس مزیدار کلچے کو پوری پر رٹے کے ساتھ پیش کریں۔

پوری پرائٹھ بنانے کے لئے:

آدھی پیاز میڈے کو دو کھانے کے چمچ ڈالڈا VTF ساتھ میں بھونیں۔ خوشبو آئے پر اس میں ایک کھانے کا چمچ جینی ڈال کر مد کر چولہے سے اتاریں۔ ٹھنڈا ہونے پر کٹڑی کا چمچ چدے ہوئے اس میں یک ٹر مل میں۔ دو پیالی میڈے میں چٹکی بھر نمک مد کر گوندھ میں دھاس کے پیڑے بنا لیں، ہر پیڑے کے درمیان میں تھوڑا سا تیار کیا ہو صوفہ رکھ کر بند کر دیں اور ہلکے ہاتھ سے نیل میں۔ ان پر انھوں کو پھینے ہوئے فریجنگ چن میں گرم ڈالڈا VTF ساتھ میں منہری فرائی کر لیں۔

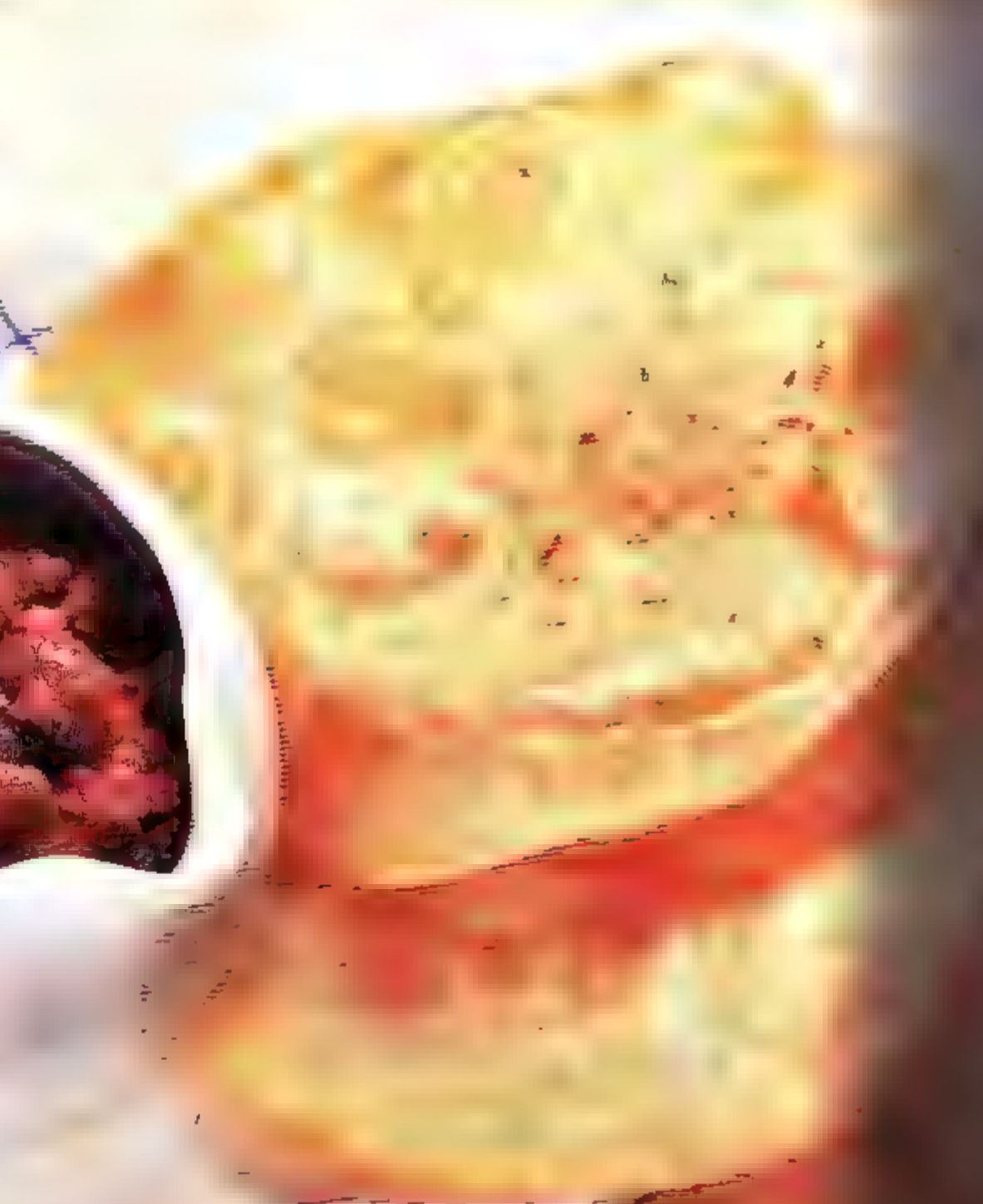
مصالحہ فرائی کلچے

اجزاء:

کلچے	آدھا کلو	ہندی	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	پسا ہوا دھنیا	ایک چائے کا چمچ
ورگ ہسن پ ہوا	ایک کھانے کا چمچ	ٹہڑ	دو عدد درمیانی
پیاز	دو عدد درمیانی	دہی	چار کھانے کے چمچ
پسی ہوئی سا مریج	ایک کھانے کا چمچ	ڈالڈا کو گنگ آئل	آدھی پیالی

تیاری کا وقت: دس سے پندرہ منٹ
پکانے کا وقت: بیس سے پچیس منٹ
افراد: تین سے چار کے لئے

ڈالڈا کا دسترخوان



سحری اسپیشل

ملائی راجما

ترکیب:

- لوبیا گوصاف دھو کر گرم پانی میں بھگو کر رکھ دیں، پھر انھیں ابال کر گھٹ لیں (خیال رہے کہ یہ زیادہ نہ گھٹ گئے پائے)
- پیاز، فٹاٹر، ہرا دھنیا اور ہری مرچوں کو باریک کاٹ کر رکھ لیں۔ دہی اور کریم کو ملا کر پھیٹ لیں، وافر تیل میں رکھ دیں
- تین میں ڈالڈا کنولہ آئل ڈال کر درمیانی تیل پر گرم کریں اور اس میں پی ہوئی لوبیا، کچل ہوا ادراک اور پ ہوا دھنیا ڈال کر فرائی کریں
- تین سے چار منٹ فرائی کر کے لٹاں میں، پھر اسی تیل میں پی زکو ہکا سا نرم ہونے تک فرائی کریں
- پی ز میں ہری مرچیں ڈال کر ایک سے دو منٹ فرائی کریں، پھر اس میں لاس مرچ، ہلدی، نمک اور نم ٹرڈا میں، اور اسے اتنی دیر بھوئیں کہ ٹرڈا اچھی طرح گل جائے
- اس میں فرائی کیا ہو لوبیا ڈال کر اچھی طرح بھوئیں، پ ہوا گرم مصالحہ و کریم کا کچھ ڈال کر ہلکی آگ پر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

پانچ سے سات منٹ بعد ڈش میں نکال کر باریک کٹا ہو ہرا دھنیا چھڑکیں اور گرم گرم چپاتیوں کے ساتھ پیش کریں۔

ادراک	دوبیوں	فٹاٹر	دو عدد درمیانی
نمک	حسب ذائقہ	دہی	تین چوتھائی پیال
ہرا دھنیا	دو اونچے کانگڑا	فریش کریم	آدھی پیال
پی ز	دو عدد درمیانی	پ ہوا گرم مصالحہ	آدھا پائے کانچ
پی ز کی ہڈی	ایک کھانے کانچ	ہری مرچیں	دو سے تین عدد
پ ہوا مصالحہ	ایک پائے کانچ	ہرا دھنیا	آدھی گھٹی
نمک	ایک پائے کانچ	ڈالڈا کنولہ آئل	آدھی پیال

ایک گھنٹہ

پانچ گھنٹہ

چار سے پانچ کے لئے

ڈالڈا کا دسترخوان



سحری اسپیشل

ترکیب:

- چکن کو جو کراس کی چھوٹی بوپوں کر میں، پیاز اور ٹماٹر کو ہار ایک چوب کر میں
- بین میں ڈھکے کے کچھ ڈالڈاں لٹاؤ آئل ڈال کر درمیانی آگ پر گرم کریں دس میں پیاز کو ہلکا سا شہر افرائی کریں
- پھر اس میں اورک لیسن ڈال کر ایک سے دو منٹ افرائی کریں۔ چکن کی بوٹیاں اور ٹنگ ڈال کر ڈھک دیں
- درمیانی آگ پر پکاتے ہوئے جب چکن کی رنگت تبدیل ہوئے گئے تو اس میں کٹے ہوئے ٹماٹر، پیپر کا، دھنیا اور ٹماٹر کا پیسٹ ڈال کر بھونیں
- چکن کی بوٹیوں کو ساتھ ساتھ کچھتے رہیں، یہاں تک کہ پانی اچھی طرح خشک ہو جائے اور چکن کا پیسٹ سا بن جائے۔ چوب سے اتار کر خشک کر کے رکھ دیں
- ڈبل روٹی کے سائز کو اوون میں فوسٹ کر کے خشک کریں پھر چوب میں بٹس کر چکن میں مدویں۔ اس سکھر کے لیے کباب بنا لیں اور درمیان میں چبڑا چبڑا کر اچھی طرح دبا کر بند کریں
- دس سے پندرہ منٹ فریج میں رکھنے کے بعد ڈالڈاں لٹاؤ آئل میں شہرے افرائی کریں

پریزنٹیشن:

حسب پسند چٹنی یا ٹماٹو کچپ کے ساتھ گرم گرم کباب کو پیش کریں۔

عربک کباب

اجزاء:

چکن بریسٹ	آدھا کلو	پیپر کا پاؤڈر	ایک چائے کا چمچ
ٹنگ	حسب ذائقہ	پہ ہوا دھنیا	ایک چائے کا چمچ
اورک لیسن پہ ہوا	ایک کھانے کا چمچ	ڈبل روٹی کے سائز	دو عدد
پیاز	دو عدد درمیانی	چبڑا چبڑا	حسب پسند
ٹماٹر	ایک عدد	ڈالڈاں لٹاؤ آئل	حسب ضرورت
ٹماٹر کا پیسٹ	دو کھانے کے چمچ		

تیاری کا وقت: پینتیس سے چالیس منٹ
پکانے کا وقت: دس سے بارہ منٹ
افراد: آٹھ سے دس عدد

ڈالڈا کا دسترخوان



سحری اسپیشل

سوکھا چکن

ترکیب:

- چکن کو صاف دھو کر رکھیں، پیاز اور ٹماٹر کو پارک کر کے کاٹ لیں
- ایک پیالے میں دہی، نمک، اور کھنکھن، رول مرچ اور دھنیا ڈال کر مکھنیں، اور چکن کو اس سے میر میٹ کر کے رکھ دیں
- چکن کو پٹن میں ڈال کر درمیانی آگ پر پکے رکھ دیں۔ دہی کا پانی خشک ہو جائے اور چکن گلے پر آ جائے تو بھون کر چوبے سے اتار لیں
- کڑی میں ڈالڈا کو ٹنگ آئل ڈال کر اس میں زیرہ اور کڑی پتے ڈال کر کڑا میں اور پیاز کو سنہری فری کریں
- پھر اس میں بھنی ہوئی چکن ڈال کر فری کریں، ساتھ ہی کٹے ہوئے ٹماٹر اور پارک کٹی ہوئی مرچیں ڈال لے جائیں اور تیز آگ پر چکن کو اس طرح کچتے ہوئے فری کریں کہ ہڈیاں الگ ہو جائے
- احتیاط سے ہڈیوں کو نکال کر چکن کو چوبے سے تار لیں

پریزنٹیشن:

اس مزیدار چکن کو پرائیوٹ کے ساتھ سحری میں یا ناشتے میں پیش کریں۔

حزب:

ایک چائے کا چمچ	سفید زیرہ	آدھا کلو
دھنیا پیالی	دہی	حسب ذائقہ
دو عدد درمیانی	ٹماٹر	ایک کھانے کا چمچ
تین سے چار عدد	ہری مرچیں	دو عدد درمیانی
حسب پسند	کڑی پتے	ایک کھانے کا چمچ
چار کھانے کے چمچ	ڈالڈا کو ٹنگ آئل	ایک چائے کا چمچ

دس سے بارہ منٹ
مکھنیں سے چالیس منٹ
تین سے چار کے لئے

ٹماٹر کاٹ:
پارک کاٹ:
فری



افطار اسپیشل

چٹنی چیز سمو سے

ترکیب:

- کانچ چیز کو چورا کر لیں اور اس میں نمک، بند گوبھی، لہسن، بادام، کالی مرچ، ہری مرچیں، ہرا دھنیا اور لیٹوں کا رس ڈال کر اچھی طرح ملا لیں اور کچھ دیر کے لئے فریج میں رکھ دیں
- ایک پیالی میں چار کھانے کے چمچ ہری چٹنی ڈال کر اس میں کارن فلار ملائیں۔ سموں کی پیٹوں کو درمیان سے کا لیں اور ان پر برش کی مدد سے چٹنی لگا دیں
- چھوٹے ساڑز کے سمو سے بنا کر اس میں کانچ چیز کے تیار کئے ہوئے ٹکچر کو بھر دیں
- تھوڑے سے میدے میں پانی ملا کر گاڑھی سی بنائیں اور اس سے انھیں اچھی طرح بند کر دیں۔ دس سے پندرہ کیلئے فریج میں رکھ دیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کو ٹنگ آئل کو درمینی آٹھ پر گرم کریں اور سموں کو اس میں سنہرے فرائی کر لیں

اجزاء:

کانچ چیز	ایک پیالی
ہری چٹنی	حسب ضرورت
بند گوبھی (باریک کٹی ہوئی)	آدھی پیالی
نمک	حسب ذائقہ
لہسن (باریک کٹا ہوا)	دو جوئے
کارن فلار	ایک کھانے کا چمچ
ہیڈام (باریک کٹے ہوئے)	چھ سے آٹھ عدد
کالی مرچیں سی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	دو سے تین عدد
ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا)	آدھی گٹھی
لیٹوں کا رس	دو کھانے کے چمچ
سمو سے کی پٹیاں	دس سے بارہ عدد
ڈالڈا کو ٹنگ آئل	حسب ضرورت

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

پکانے کا وقت: دس سے بارہ منٹ

افراد: دس سے بارہ عدد



افطار اسپیشل

کرپسی فرائیڈ بینگن

ترکیب:

- کے موٹے قتلے کاٹ میں، اور انھیں نمک، مٹے ٹھنڈے پانی میں رکھ دیں
- بڑے پیالے میں میدہ اور کارن فڈر ال کر لیں اور اس میں نمک، بیکنگ پاؤڈر اور بیکنگ سوڈا ڈال دیں
- کچھر کو لیکٹرک بیٹر سے دو سے تین منٹ تک بھینٹیں پھر اسے دو حصوں میں تقسیم کر لیں
- میدے کے ایک حصے میں انڈا، دل مرغی اور تھوڑا تھوڑا انج ٹھنڈے پانی ڈالتے ہوئے بھینٹیں اور اس کا گڑھا سا آمیزہ تیار کر کے رکھ دیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کولڈ آئل کو درمیانی "پانچ پر گرم کر کے رکھیں
- بینگن کے قشوں کو پیسے پانی والے آمیزے میں تھیں پھر نمک میدے میں رول کریں اور کڑا ہی میں تلتے کے لئے ڈال دیں
- اچھے سے منہرے فرائی کر کے نکال لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم خستہ فرائی کئے ہوئے بینگن کے پتلوں کو ملی کی چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

آدھا کلو	بیکنگ سوڈا	آدھا چائے کا چمچ
حسب ذائقہ	بیکنگ پاؤڈر	آدھا چائے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ	انڈا	ایک عدد
ایک پیون	ڈالڈا کولڈ آئل	حسب ضرورت
آدھی پیون		

دس سے پندرہ منٹ
دس سے بارہ منٹ
چار سے پانچ کے لئے

جزا:
نرسنگ
لک
گل ہل ل مرغ
نہا
آدھ کلو

پارل کاؤت:
پاک کاؤت:
آدھ

دالدا کا دسترخوان



افطار اسپیشل

کرپسی بینز اور فروٹ چاٹ

ترکیب:

- بویں کو دھو کر آدھے گھٹے کے نئے گرم پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔ پھر ابال کر نکالیں
- ایک پیالے میں نمک، کالی مرچ، چینی، درہیوں کا رس ڈال کر رکھیں
- کیبے، آم، سیب اور خربوزے کو چھیل کر چھوٹے ٹکڑے کریں اور مصلے والے پیالے میں ڈال دیں
- گور کے درمیان سے دو ٹکڑے کر کے ڈال دیں اور لٹو پٹو کو چھی طرح خنڈا کر کے اس میں ڈال دیں
- سموے کی ٹیڑیوں کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹیں اور ڈالڈا کو کنگ آئل میں سنبرے فرائی کر کے رکھیں

پریزنٹیشن:

روٹج کی مدد سے فروٹ چاٹ کو ہلکے ہاتھ سے مدھیں اور خنڈا کر کے اس میں فرائی کی ہوئی کرپسی سموے کی ٹیڑیوں کے ساتھ، ایک منفرد صنف اٹھائیں۔

اجزاء:

لٹو پٹو	ایک پیال	نمک	حسب ذائقہ
کیبے	تین عدد	بویوں کا رس	دو کھانے کے چمچ
خربوزہ	ایک پیال	کالی مرچ کٹی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
آم	ایک عدد	چینی	ایک چائے کا چمچ
سیب	دو عدد	سموے کی ٹیڑیاں	پانچ سے چھ عدد
انگور	ایک پیال	ڈالڈا کو کنگ آئل	حسب ضرورت

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ
پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ
افراد: چار سے پانچ کے لئے



افطار اسپیشل

ترکیب:

- چکن کو جو کراس کی چھوٹی بونیاں کر لیں اور اس میں نمک اور تین ڈال کر مکھی آج پر پختہ رکھ دیں
- جب چکن کا پانی خشک ہونے پر آجے تو اس میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا کو کنگ آئل ڈال کر اسے تیز آج پر فرنی کریں
- پھر اس میں اہلی ہوئی آٹھ کھٹی، ہار یک کٹی ہوئی بند گوبھی، ہری پیاز اور گا جڑ ل کر فرنی کریں
- آخر میں جو ہے سے تارتے ہوئے اس میں کالی مرچ، سفید مرچ، سرکہ، سویا ساس اور کارن فلڈر ڈال کر چھی طرح ملائیں
- اس کچھر کو ٹھنڈا ہونے پر روں کی پٹیوں کے درمیان میں رکھیں اور اچھی طرح دبا کر رول کریں۔ دو چمچ میدے میں
- تھوڑا سا پانی ملا کر تکی ہی بنا لیں اور اس سے دونوں کناروں سے چپکا کر بند کر دیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کو کنگ آئل کو گرم کر کے ان رولز کو سنہرے قرانی کریں

پریزنٹیشن:

افطار یا شام کی چائے کے وقت ان رولز کو چٹنی یا کچپ کے ساتھ گرم پیش کریں اور کیریوں کے موسم میں ساتھ میں

پنا بنانے کے لئے:

ایک کلو کیریوں کو صاف دھو کر چھل میں اور کھنسی نکال کر چھوٹے ٹکڑے کریں۔ انھیں تین پیو پانی میں ڈال کر ہار میں اور تھوڑا سا ٹھنڈا ہونے پر پیونڈر میں پیونڈر کریں۔ پھر اس میں تین پیو پانی چٹنی اور چٹکی بھر زردے کا رنگ ڈال کر دس سے بارہ منٹ مزید پکالیں اور ٹھنڈا ہونے پر ایئر ٹائٹ ڈبے میں ڈال کر فرنیج میں رکھ دیں۔ استعمال کے وقت آدھا گلاس پنا میں آدھا گلاس پانی اور برف ملا کر چٹکی بھر کا رنگ اور پودینے کے پتے کے ساتھ پیش کریں۔

چکن رول اور پنا

اجزاء:

200 گرام	سفید مرچ بھی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
ایک پیو	سرکہ	دو کھانے کے چمچ
حسب ذائقہ	سویا ساس	دو کھانے کے چمچ
ایک چائے کا چمچ	کارن فلڈر	ایک کھانے کا چمچ
آدھی پیو	ہری مرچیں	دو سے تین عدد
ایک عدد	رول کی پٹیاں	حسب ضرورت
دو سے تین عدد	ڈالڈا کو کنگ آئل	حسب ضرورت
آدھا چائے کا چمچ		

چکن
کھنسی
نمک
ہار اور تین
بند گوبھی
کار
مکھی
کان مرچ کی ہوئی

ڈالڈا کا دسترخوان



افطار اسپیشل

میکرونی چاٹ

ترکیب:

- چٹوں کو دھو کر گرم پانی میں بھگو دیں، پھر آٹا و میکرونی اور چٹوں کو تھوڑا سا بخار دیا جائے
- آلوؤں کو چھل کر چھوٹے ٹکڑے کر لیں، سیب کے بھی چھوٹے ٹکڑے کریں اور اس پر چینی اور میوے کا رس چھڑک کر رکھ لیں
- سیب کے پیالے میں میکرونی، چنے، آٹا، ہار یک کٹی ہوئی ہری مرچیں، ہرا دھنیا اور نمک ڈال کر ہلکے ہاتھ سے ملا لیں اور فریج میں رکھ دیں
- پوریاں بنانے کے لئے آٹے میں نمک اور ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا کو کنگ آئل ڈال کر نرم گوندھ لیں
- بھراں کی چھوٹی چھوٹی پوریوں میں بیل کر گرم ڈالڈا کو کنگ آئل میں سرخ کر لیں

پریزنٹیشن:

ہر پوری پر ایک کھانے کا چمچ چاٹ رکھ کر اوپر سے چاٹ مع مل چھڑکیں درانی کی چٹنی ڈال کر پیش کریں۔

اجزاء:

میکرونی	ایک پیوں	چاٹ مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	ہری مرچیں	دو سے تین عدد
سفید چنے	ایک پیوں	ہرا دھنیا	دو چمچ گھی
آٹا	دو عدد درمیانے	اٹلی کی چٹنی	حسب پسند
سیب	ایک عدد	سادہ آٹا	ایک پیوں
چینی	ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کو کنگ آئل	حسب ضرورت
میوے کا رس	دو کھانے کے چمچ		
تیاری کا وقت:	تینتیس سے چالیس منٹ		
پکانے کا وقت:	آدھا گھنٹہ		
افراد:	پانچ سے چھ کے لئے		

دالدا کا دسترخوان



افطار اسپیشل

جھینگے والے آلو بونڈے

ترکیب:

- جھینگوں کو صاف دھو کر رکھ میں بہن، نمک، لال مرچ اور دو کھانے کے چمچ لیموں کے رس کو ملائیں اور اس سے جھینگوں کو میرینٹ کر کے رکھ دیں
- آلوؤں کو بال کر چھیل کر میٹھ کر لیں۔ دھنیا اور زیرے کو ہلکا سا بھون کر گوٹ لیں
- پھر آلوؤں میں ہر ایک کٹی ہوئی ہری مرچیں، ہر ادھنیا، نمک، کن ہوا دھنیا، زیرہ، وریوں کا رس ڈال کر ملا لیں
- فرائنگ پین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا کو ٹنگ آئل ڈال کر گرم کریں اور اس میں جھینگے ڈال کر تیز آنچ پر تھی ویر فرائی کر ان کی رنگت سنہری ہو جائے
- آلو کے تیار کئے ہوئے کچھر کے گولے بنا لیں اور ان کے درمیان میں دو سے تین جھینگے رکھ کر اچھی طرح بند کر دیں
- میدہ یا بیسن میں ہلدی، نمک اور کان مرچ ڈال کر ملا لیں اور تھوڑا تھوڑا پانی ڈالتے ہوئے گاڑھا پیسٹ بنا لیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کو ٹنگ آئل کو گرم کریں اور آلو بونڈوں کو بیسن یا میدہ کے آمیزے میں لٹھیر کر سنہرے فرائی کر لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم منفرد آلو بونڈوں کو کالی کی چٹنی اور ہری چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

200 گرام	سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
چار عدد درمیانے	نیشن یا میدہ	ڈیڑھ پیالی
حسب ذائقہ	کالی مرچ کٹی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
ایک چائے کا چمچ	ہری مرچیں	چار سے چھ عدد
ایک چائے کا چمچ	ہر ادھنیا	آدھی گھنٹی
آدھا چائے کا چمچ	لیموں کا رس	چار کھانے کے چمچ
ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کو ٹنگ آئل	حسب ضرورت

ادھر اہ:
 چمچ
 نمک
 کن ہوا
 وریوں کا رس
 میدہ
 اور ادھنیا

پزائے کا آلت: آدھا گھنٹہ

پائے کا آلت: دل سے پھرہ منٹ

دل سے پارہ عدد

دالدا کا دسترخوان



چکن بریڈ پکوڑے

اجزاء:	تین عدد	ہر ادھیا	دو کھانے کے کچ
ڈبل روٹی کے سلاخ	200 گرام	انڈا	ایک عدد
چکن کا تیر	حسب ذائقہ	نہیں	دو کھانے کے کچ
نمک	ایک چائے کاج	ڈالدا کوٹک آئل	حسب ضرورت
پہ ہوا ہین	ایک چائے کاج		
کالی مرچ تیس ہوئی			

ترکیب:

- ہر سلاخ کو لمبائی میں تین حصوں میں کاٹ لیں
- تیلے میں نمک، ہین، کالی مرچ، ہارک کٹ ہوا ہر ادھیا اور تین ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
- پہلے ڈبل روٹی کے ہر تیس پر پھیننا ہوا انڈا لگائیں اور اس پر تیلے کا کچر پھینا کر گادیں اور ان کو دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- فریج میں ڈالدا کوٹک آئل کو گرم کریں اور ان میں کچر لگے ہوئے حصے کی طرف سے فرائی کرنے ڈالیں
- ایک طرف سے سہرا ہونے پر پلٹ کر دوسری طرف سے سہرا فرائی کریں
- پریزنٹیشن: گرم گرم پلیٹ میں نکال کر اظہار پر کچپ کے ساتھ پیش کریں۔

تیاری کا وقت: تیس سے پچیس منٹ
پکانے کا وقت: آٹھ سے دس منٹ
افراد: نو عدد

اجزاء:

کاج چیز	200 گرام	لیموں کا رس	دو کھانے کے کچ
میدہ	ایک پیالی	بادام	چھ سے آٹھ عدد
چاوس کا آٹا	آدھی پیالی	انڈے کی سفیدی	ایک عدد
نمک	حسب ذائقہ	ہری مرچیں	دو عدد
لہسن کا پاؤڈر	آدھا چائے کاج	برادھنیا	دو کھانے کے کچ
کالی مرچ گدڑی تیس ہوئی	ایک چائے کاج	الذاسن قلہ ورائس	حسب ضرورت
کٹی ہوئی دال مرچ	ایک چائے کاج		

ترکیب:

- بادام اور ہری مرچوں کو کوٹ میں اور اس میں نمک، ہین، کالی مرچ، اور لیموں کا رس ڈال کر ملا لیں
- اس کچر کو کاج چیز میں ڈال کر تھپیوں کی مدد سے اچھی طرح ملا لیں اور چوکور ٹکڑوں میں دھا کر لگائیں۔ دس سے پندرہ منٹ فریج میں رکھ کر اس کے چوکور ٹکڑے کاٹ لیں
- انڈے کی سفیدی کو اچھی طرح چھیٹ لیں اور اس میں میدہ، چاول کا آٹا، نمک، دال مرچ اور ہارک کٹا ہوا ہر ادھیا ڈال کر ملا لیں۔ ٹھنڈا پانی ڈالتے ہوئے گاڑھا سا آمیزہ بنائیں
- کڑا ہی میں ڈالدا کوٹک آئل کو گرم کریں اور اس میں چیر کے ٹکڑوں کو ڈالتے ہوئے سہری فرائی کریں
- پریزنٹیشن: ان مزیدار صحت بخش پکوڑوں کو گرم گرم پلیٹر میں نکال کر حسب پسند چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔
- تیاری کا وقت: تیس سے پچیس منٹ پکانے کا وقت: دس سے پندرہ منٹ افراد: بارہ سے پندرہ عدد

بنیر پکوڑے





اسپاسی ایفکریز

اجزاء:

میدہ	دو پیالی	اجوئن	آدھا چائے کا چمچ
انڈے	تین عدد	پارسلے	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	چلی ساس	دو کھانے کے چمچ
کئی ہوئی کالی مرچ	آدھا چائے کا چمچ	پانی	ایک پیالہ
کئی ہوئی لال مرچ	آدھا چائے کا چمچ	ڈالڈا کوٹنگ آئل	آدھی پیالی + تیلے کے لئے

ترکیب:

- کڑا ہنی میں آدھی پیالی ڈالڈا کوٹنگ آئل اور پانی ملا کر پالنے کے لئے رکھ دیں
- بر آئے پر آٹھ ہلکی کر کے اس میں تھوڑا تھوڑا میڈہ شامل کرتے جائیں اور لکڑی کے چمچ سے مکس کرتے جائیں
- میڈہ خشک ہو کر چھی طرح بھی ہوئی شکل میں آجائے تو چوبیس سے اتار کر ٹھنڈا کرنے رکھ دیں
- ٹھنڈا ہونے پر اس میں الیکٹریک بیٹر ہلکی پیڈ پر چداتے جائیں اور ایک ایک کر کے انڈا شامل کرتے جائیں
- تینوں تڑے شامل کرنے کے بعد اس میں نمک، کان مرچ، لال مرچ، اجوئن، پارسلے اور چلی ساس ڈال کر ملا دیں
- کڑا ہنی میں ڈیپ فرائی کرنے کے لئے ڈالڈا کوٹنگ آئل ڈالیں اور دو پیالی آٹھ پر تین سے چار منٹ گرم کریں
- میڈے کے ٹھنڈے کئے ہوئے پکچر کو پائپنگ بیگ میں بھر کر کڑا ہنی میں ڈالڈا کی شکل میں ڈالتے جائیں اور سنہری فرائی کر کے نکالیں

پریزنٹیشن: یہ چھوٹے چھوٹے اسپاسی۔ الیکٹریک زشام کی چائے پر بھی مزہ دیں گے اور ان کے وقت تو پانیوں کے ساتھ ان کا طعم دوبارہ ہو جائے گا۔

تیاری کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ
پکانے کا وقت: دس سے بارہ منٹ
افراد: تیس سے پچیس عدد

اجزاء:

میدہ	دو پیالی	سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
بھنا ہوا قیر	ایک پیالہ	ڈالڈا VTF یا پتی	حسب ضرورت
نمک	حسب ذائقہ		

ترکیب:

- بھن ہوا قیر تیار کرنے کے لئے ایک پیالی قیر میں ایک ہار ایک چوبک ہوئی پیاز، ایک چائے کا چمچ پانی اور کھن
- اور کھن، ایک چائے کا چمچ کئی ہوئی رل مرچ، آدھا چائے کا چمچ بلندی اور ایک نم ٹرڈاں کر پکے رکھ دیں
- ہلکی آٹھ پر پکاتے ہوئے جب قیر کا پانی خشک ہونے پر آجائے تو ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF یا پتی ڈال کر چھی طرح بھونیں
- چوبیس سے اتار کر ٹھنڈا کرنے رکھ دیں
- میڈے میں نمک، زیرہ اور ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF یا پتی ڈال کر چھی طرح ملا دیں
- پھر اس میں بھنا ہوا قیر ڈال کر ملا دیں اور تھوڑا تھوڑا بخ ٹھنڈا پانی ڈالنے ہوئے گوندھ لیں۔ پد نمک میں پیسٹ کر دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- پھر اس میڈے کو تیل کر چھری سے نمک پارے کاٹ لیں اور کڑا ہنی میں گرم ڈالڈا VTF یا پتی میں سنہرے فرائی کریں

پریزنٹیشن: ان منفرد نمک پاروں کو امی کی چٹنی کے ساتھ انڈا ریو شام کی چائے پر پیش کریں۔
تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ فریجنگ کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ افراد: چار سے چھ کے لئے





اسٹفڈ منس رولز

ترکیب:

- گہرے تیلے میں دونوں طرح کا آٹا، نمک، دھواں، آدھا چائے کا چمچ گرم مصلطہ وردہ کھانے کے چمچ ڈالڈا کو گل آئل ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور سدھ پانی کی مدد سے نرم گوندھیں۔ مٹل کے تیلے پکڑے میں پیٹ کر پندرہ سے بیس منٹ کے لئے رکھ دیں
- قیتے کو صاف دھو کر چین میں ڈالیں اور اس میں نمک، ہارکیک، چوپ کی ہوئی پیاز، اور کھنکھن اور آدھی پیالی پانی ڈال کر پکے رکھ دیں
- جب پانی خشک ہونے پر آجائے تو اس میں ہارکیک کٹی ہوئی بری مرچیں اور گرم مصلطہ ڈال کر دیکھیں اور کارن فلائو دو چمچ پانی میں گھول کر ملائیں۔ اچھی طرح کس کر کے چوتھے سے تار میں
- گندھے ہوئے آٹے کے چھوٹے چھوٹے بیڑے بنا دیں اور ان کو پوری کی طرح نل کر موٹی سیخ پر روں کر دیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کو گل آئل کو گرم کریں اور اس میں روں کو ہلکا سا پھرائی کریں پھر ٹھنڈا کر کے احتیاط سے سیخ پر سے تار میں اور دو بارہ سے کڑا ہی میں ڈالیں تاکہ اندر لکھے اچھی طرح فرنی ہو جائے

پریزنٹیشن:

ن رولز میں تیار کئے ہوئے قیتے کو بھر دیں درختی اور کچپ کے ساتھ پیش کریں۔

اجزاء:

200 گرم	بیس ہوئی دس مرچ	ایک چائے کا چمچ
حسب ذائقہ	گرم مصلطہ پھولا	ڈیڑھ چائے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ	کارن فلائو	ایک کھانے کا چمچ
ڈیڑھ پیالی	بری مرچیں	چار سے چھ عدد
آدھی پیالی	ڈالڈا کو گل آئل	حسب ضرورت
ایک عدد درمیانی		

نہلی کاؤٹ میں سے بچیں منٹ
اسٹیک کاؤٹ میں سے بچیں منٹ
نارہ سے پندرہ عدد

ڈالڈا کا دسترخوان



آلو بڑے فرائیڈ سینڈویچ

ترکیب:

- آؤڈ کو ہال کر چھیل کر میٹھ کر میں، ہری مرچیں اور ہرا دھنیا ہر ایک کاٹ کر رکھ میں
- ہر حصہ نمک، کالی مرچ اور لیموں کے رس کو آؤڈ میں ڈال کر اچھی طرح مد میں
- ڈبل روٹی کے ایک سائے پر لو کے کچر کو پیسٹ کریں اور اس پر دوسری سلائس کو رکھ کر اچھی طرح دب دیں
- اس سینڈویچ کو چار چوکور ٹکڑوں میں کاٹ لیں، انڈے کی سفیدیوں کو پیسٹ کر اس میں نمک اور کالی مرچ ڈالیں
- کڑی میں ڈالڈاں لٹا کر آئل کو درمیانی آگ پر گرم کریں اور سینڈویچز کو پختی ہوئی انڈے کی سفیدی میں ڈپ کر کے سترے فرائی کریں

پریزنٹیشن:

گرم گرم مزیدار سینڈویچز کا پودینے کی پٹنی کے ساتھ طف اٹھائیں۔

اجزاء:

آؤڈ	۱۱ عدد درمیانے	ہرا دھنیا	چار کھانے کے چمچ
ڈبل روٹی کے سائے	پانچ سے چھ عدد	لیموں کا رس	دو کھانے کے چمچ
نمک	حسب ذائقہ	انڈے کی سفیدی	دو عدد
کان مرچ کٹی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ	ڈالڈاں لٹا کر آئل	حسب ضرورت
ہری مرچیں	تین سے چار عدد		
تیاری کا وقت:	بیس سے پچیس منٹ		
فرمائش کا وقت:	دس سے بارہ منٹ		
تعداد:	دس سے بارہ عدد		



اسپیج پین کیک

احزاء:

پلک

پلاسٹک

نم

لک

پلاسٹک

نم

لک

پلاسٹک

نم

لک

پلاسٹک

نم

لک

پلاسٹک

نم

لک

آدھا چائے کا چمچ	کانا مرغ پیس ہوئی	آدھا کلو
آدھی پیس	چیز رچر	ایک پیلی
آدھی گھی	ہرا دھنیا	ایک عدد درمیانہ
دو سے تین عدد	تازہ لاسا مرغ	حسب ذائقہ
ایک کھانے کا چمچ	مارجرین یا مکھن	ایک چائے کا چمچ
حسب ضرورت	ڈالڈا کوکنگ آئل	ایک عدد درمیانہ

آدھا گھنٹہ

آدھا گھنٹہ

چار سے چھ عدد

ترکیب:

- پالک کے ڈھنسل بھوں کر صاف دھو لیں در انھیں اگلتے ہوئے پانی میں تین سے چار منٹ رکھ کر غنڈے پانی میں ڈال دیں۔ چھلنی میں رکھ کر اچھی طرح خشک کر لیں اور ڈھنسل کاٹ کر پالک کے بھوں کو باریک چوب کر لیں
- پین میں مارجرین یا مکھن ڈال کر پگھلا دیں اور اس میں باریک چوب کی ہوئی پیس ز اور پیس ڈال کر دو سے تین منٹ فرائی کریں
- پھر نمک، کالی مرچ و سرش مکے ہوئے آؤل کر ملی "نچ" پر ڈھک دیں۔ "لو گنے پر آجے تو پالک ڈال کر اچھی طرح بھون کر اتار میں اور کٹی ہوئی لال مرغی چھڑک دیں
- پین کیک بنانے کے لئے گندے کی سفید یوگ میں آدھی پیلی پانی ملا کر پھیلت میں اس میں تھوڑا تھوڑا کر کے چاوس کا آٹا در نمک ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
- تان سنک فرامیگ پین کو گرم کر کے اس میں ڈالڈا کوکنگ آئل بکالیں اور تھوڑا سا پین کیک کا آمیزہ ڈال کر پھیلا دیں
- ایک منٹ پکا کر جب کتا روں سے ٹھننے لگے تو پینٹ کر "دھامٹ" پکائیں اور فرامیگ پین سے نکالیں
- اسی طرح سے پین کیک تیار کر کے ان کے درمیان میں پالک کا آمیزہ رکھ کر کن کو فوڈ کر لیں
- اوون کو 180°C پر گرم کریں اور پین کیک کو دوون پر ڈھک ڈال میں رکھ کر اوپر سے کش کیا ہو چیز چھڑک دیں
- دس سے چودہ منٹ بیک کر کے نکال لیں اور باریک کتا ہوا ہر دھنیا چھڑک دیں

پریزنٹیشن: یہ گرم گرم مزیدر پین کیک شام کی چائے پر یا فطر کے وقت بہت مزہ دیں گے۔

ڈالڈا کا دسترخوان



کھڑا فرائیڈ چکن

ترکیب:

- چکن کو صاف دھو کر چھنی میں رکھ کر خشک کر لیں۔ دھنیا اور زیرے کو توڑے پر ہلکا سا بھون کر مونڈا کوٹ میں
- پیاز کو ہر ایک چوب کر کے دیسی میں مدھنیں اور ساتھ ہی نمک، ورگ، لہسن اور مرچ اور کٹا ہوا دھنیا زیرہ ڈال کر دیسی
- چکن کو اس مکچر میں ڈال کر مدھنیں اور درمیانی آگ پر پختہ رکھ دیں، دس سے بارہ منٹ پکانے کے بعد اٹکس کھوں کر
- تیز آگ پر چکن کا پانی خشک کر دیں
- چکن کے ٹکڑوں کو پھیلا کر، چھی طرح خشک کر لیں
- انڈوں کو پھینٹ کر اس میں چٹکی بھر نمک اور کالی مرچ شامل کر دیں اور گہری پلیٹ میں ڈبل روٹی کے چورے کو نکال
- کر رکھیں
- چکن کے ٹکڑوں کو پھیلے اندھے میں ڈپ کریں پھر اچھی طرح ڈبل روٹی کے چورے میں تھیز کر رکھیں
- تزیانی میں ڈالڈا کو کنگ آئل کو درمیانی آگ پر گرک کریں اور چکن کو سنہری فرائی کر کے نکال لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم فرائی کی ہوئی چکن کو حسب پسند خشنیوں کے ساتھ پیش کریں۔

اجزاء:

ایک کھانے کا چم	سفید زیرہ	ایک کلو	چکن
آدھا چائے کا چم	کان مرچ کٹی ہوئی	حسب ذائقہ	نمک
چار کھانے کے چم	دیسی	ایک کھانے کا چم	ورگ لہسن پتہ ہوا
دو عدد	انڈے	ایک عدد	پیاز
حسب ضرورت	ڈبل روٹی کا چورا	ایک کھانے کا چم	پس ہوئی لاس مرچ
حسب ضرورت	ڈالڈا کو کنگ آئل	ایک کھانے کا چم	ثابت دھنیا

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

پکانے کا وقت: دس سے بارہ منٹ

افراد: پانچ سے چھ کے لئے



کالے چنے کا پلاؤ

ترکیب:

- چنوں کو صاف دھو کر گرم پانی میں بھگو دیں اور اس میں بیٹھا سوڈا ڈال دیں، دو گھنٹے کے بعد اس پانی کو پھینک کر تین پیلی گرم پانی ڈال کر چنوں کو باپ کر اچھی طرح گلہ میں
- چاروں کو دھو کر پندرہ سے تین منٹ بھگو کر رکھ دیں، پیاز کو پارک کر ایک کاس میں
- تین میں ڈالڈا کو کنگ آئل کو درمیانی آگ پر دو سے تین منٹ گرم کریں اور اس میں پیاز کو شہر فرائی کریں
- آدھی پیاز نکال کر پھیلا کر رکھ دیں اور بقیہ پیاز میں لہسن اور زیرہ ڈال کر ایک سے دو منٹ فرائی کریں۔ پھر اس میں پنے، لاس مرچ اور دلی ڈال کر بھونیں
- چاروں کو پانی سے نکال کر اس مصالحے کے ساتھ بھونیں اور تین سے چار پیالی پانی اور نمک ڈال دیں۔ اچھی طرح ملا کر درمیانی آگ پر پکے رکھ دیں
- پانی خشک ہونے پر دوبارہ سے ملا کر دوپہر سے تلی ہوئی پیاز چھڑک دیں۔ ہلکی آگ پر پانچ سے سات منٹ دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس مزیدار و مختلف سی ڈش کو آؤ بنی رہے کی چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔ اس کا ذائقہ اور غذا اہمیت بڑھانے کے لئے اس میں 200 گرام ہاتھ کا کن ہوا قیر بھی شامل کیا جاسکتا ہے۔

اجزاء:

کالے چنے	دو سو درمیانی	پیاز	ڈیڑھ پیلی
پاؤں	ایک چائے کاجج	کٹی ہوئی لاس مرچ	تین پیوں
لہسن پتہ ہو	ایک چائے کاجج	زیرہ	ایک کھانے کاجج
نمک	آدھی پیوں	دلی	حسب ذائقہ
دھوا سوڈا	چار کھانے کے کاجج	ڈالڈا کو کنگ آئل	آدھا چائے کاجج

پارٹی کاؤٹ: ایک گھنٹہ

پاکے کاؤٹ: آدھا گھنٹہ

پارے پانچ کے لئے

ڈالڈا کا دسترخوان



مینگو مال پورہ

اجزاء:

میدہ	ایک پیال	دودھ	آدھی پیال
کھویہ	ایک پیال	چینی	آدھی پیال
آب	دو عدد	زعفران یا زردے کا رنگ	ایک چٹکی
ٹڈے	دو عدد	فریش کریم	حسب پسند
نمک	چٹکی بھر	ڈالڈا VTF یا سٹی	حسب ضرورت

ترکیب:

- کھوئے کو چورا کر میں اور اس میں تھوڑا تھوڑا کر کے میدہ اور ٹڈے ڈالتے جائیں۔ پھر اس میں نمک، زردے کا رنگ اور دودھ ڈال کر آمیزہ تیار کر لیں، ڈھک کر دس سے پندرہ منٹ کے لئے گرم جگہ پر رکھ دیں
- آم کو صاف دھو کر ایک آم کا رس نکال لیں اور ایک آم کے خوبصورت سے ٹکڑے کاٹ کر رکھ دیں
- چینی اور آم کے رس کو چھی طرح ملا کر ہلکی آگ پر پکانے رکھیں اور اس دوران صاف تو سے یہ فرائینگ پین میں ہرش کی مدد سے ڈالڈا VTF یا سٹی لگا کر درمیانی آگ پر رکھ دیں
- تیار کئے ہوئے میدے کے آمیزے کو ایک مرتبہ چھینٹ لیں اور آدھی پیال بھر کر فرائینگ پین میں پھیلا کر ڈال دیں
- دو سے تین منٹ بعد جب ایک طرف سے سنہرا ہونے لگے تو پلٹ کر دوسری طرف سے سنہرا کر لیں۔ اسی طرح سارے مپورے پین کی ایک کی طرح بنا کر رکھ دیں
- چینی کا شیرہ گاڑھا ہونے پر آجائے تو چوبیس سے اتار لیں

پریزنٹیشن:

مال پورے کو پلیٹ میں سجا کر اوپر سے گرم چینی کا شیرہ ڈال دیں۔ کریم ورام کے ٹکڑوں کے ساتھ سجا کر پیش کریں۔

تیاری کا وقت: دس منٹ
پکانے کا وقت: بیس سے پچیس منٹ
تعداد: تین سے چار عدد



فریش فروٹ فلیمب

ترکیب:

- پھوس کو صاف دھو کر پھیل کر کاٹ میں اور ان میں میٹاس کے ٹکڑے اور آئسنگ شوگر مد کر ڈھک کر رکھ دیں
- بھاری پیندے کے پھن میں چینی ڈال کر اٹھی آٹھ پر پھلا میں کٹے ہوئے پھل ڈس کر ککڑی کے چھ سے اچھی طرح ملا دیں
- پھر اس میں مارجرین یا مکھن اور کیوٹو کرس شامل کر دیں اور اس کو تین سے چار منٹ پکا دیں
- آخر میں اس میں سرکہ اور وینڈ اسنس ڈال کر چھلے سے اتار لیں

پریزنٹیشن:

ہری پٹی میں "سکریم" ڈال کر اوپر سے گرم گرم فروٹ فلیمب ڈال کر پیش کریں۔

اجزاء:

ایک کھانے کا چمچ	آئسنگ شوگر	دو عدد
دو کھانے کے چمچ	سرکہ	دو عدد
3 دھاپے کا چمچ	وینڈ اسنس	ڈیڑھ پیالی
حسب پسند	آئسکریم	ایک پیالی
ایک کھانے کا چمچ	مارجرین یا مکھن	دو کھانے کے چمچ

تاری کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ
پکانے کا وقت: دس سے پندرہ منٹ
طرز: پانچ سے چھ کے لئے

ڈالڈا کا دسترخوان



ڈیش بالز

ترکیب:

- کھجوروں کو چیر لگا کر ان کے بیج نکالیں، پھر انہیں دھو کر چین میں ڈالیں اور آدھی پیان پانی ڈالیں
- بالی آج پراچی دیر پکانیں کہ اچھی طرح گل جائیں۔ چھ لہجے سے تار کر انہیں نکلی کے بیج سے میس کریں اور ساتھ ساتھ دودھ کا پاؤڈر ملاتے جائیں
- پادام ہستوں کو پارک کوٹ میں اور اس میں ڈبل روٹی کا چوراہا کر رکھیں
- کھجور کے کیکر کے دو بیج ہاتھ میں لے کر اس کا گور بنالیں اور اس کے درمیان میں ایک چائے کا بیج ڈال کر رکھ کر اسے بند کر دیں
- ان گوبوں کو پادام ہستوں میں روٹ کر کے فریج میں رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس مزیدار اور غذائیت سے بھرپور ڈشے کا سرور افادہ میں لطف لیں۔

اجزاء:

- کھجور
- آدھ کلو
- حلو دودھ کا پاؤڈر
- چائے کے بیج
- آدھی پیان
- پادام ہستے
- ایک پیلی
- ڈبل روٹی کا چور
- چائے کے بیج

تیاری کا وقت: دس سے پندرہ منٹ

پکانے کا وقت: دس سے پندرہ منٹ

افراد: دس سے بارہ عدد

عید مبارک

یہ خاتون خانہ کے سلیقے کی آزمائش کا دن ہے

منیرہ عادل

چاند رات:

عید کا آغاز تو گویا چاند رات سے ہی ہو جاتا ہے۔ چاند

نظر آتے ہی دعا کیے، گل جاتی ہیں تو اگلے ادا کے چاتے ہیں عید کی جاتی ہے احکام سے اٹھنے والوں کو مبارکباد دی جاتی ہے پھولوں کے ہار پہنائے جاتے ہیں۔ مٹائیاں دی جاتی ہیں، لڑکیوں ہاتھوں پر مہندی لگائی جاتی ہے، چاند رات پر مہندی لگانے کا سلسلہ خاصا قدیم ہے پچھلے وقتوں میں مہندی کے پتے نہیں کران کو پانی میں گھول کر رکھا جاتا ہے اور پھر ہاتھی دانت کی اسٹک یا پتیل سے مہندی لگائی جاتی تھی اب کون مہندی لے اس کی جگہ لے لی ہے۔ مائیں بیٹیوں کے ہاتھوں پر مہندی لگا رہی ہوتی تھیں تو کہیں سکھیاں، سہیلیاں، پڑوسی ایک دوسرے کے ہاتھ پر حنا کے خوبصورت رنگ بکھیر رہی ہوتی ہیں۔ آج بھی یہ خوبصورت مہندی کے ڈیزائن لڑکیوں بہت شوق سے اپنے ہاتھوں پر لگاتی ہیں مہندی کے علاوہ چوڑیاں پہننا، ہم جو لیں کو چوڑیوں اور مہندی کے تحفے دینا۔ خواتین کا عید کے ہیوسٹ کو استری کرنے اور عید کے پکوان کی تیاری، غرض چاند رات کی گہا گہی عید کی تیاریوں کا

خاصہ ہے

کوشش کیجئے کہ اپنی خوشیوں میں ایسے گھرانوں کو ضرور شامل کریں جو اس کی استطاعت نہیں رکھتے۔

گھر کی سجاوٹ:

گھر کی صفائی کر لیں تاکہ عید کے دن صبح صفائی کا کام نہ رہے کین کے فرنیچر کو پانی میں ٹنک مار کر اس میں کپڑا ڈبو کر نیچو لیں اس کپڑے سے صاف کریں کین کا فرنیچر چمک اٹھے گا۔ جن گھرانوں میں زیادہ مہمانوں کی آمد کا سلسلہ رہتا ہے وہاں مہمان خانے، بیٹھک یا ڈرائنگ روم میں فرنیچر کی ترتیب ایسی کریں کہ زیادہ مہمانوں کے بیٹھنے کی گنجائش ہو سکے۔ فرشی نشست ہے تو فلور کشن، گاؤٹیکے، چاندنی بچھ دیں، تخت پر گاؤٹیکے لگا دیں۔ پچھلے وقتوں میں عموماً فرشی نشست کا ہی اہتمام ہوا کرتا تھا۔ عید کے مواقع پر اعلیٰ اعلیٰ چاندنیوں پر گونا گونا رے سے سجے گاؤٹیکے جو عید کے مواقع کے نئے خاص طور پر تیار کئے جاتے تھے وہ بیٹھک میں خصوصی طور پر رکھے جاتے تھے آج بھی خصوصی مواقع کے لئے گاؤٹیکے کے خلاف میں سادے کپڑے کے ساتھ ساتھ جامہ دار کے کپڑے کی ٹیس آمیزش سے ایک جدت اور خوبصورتی پیدا کی جاتی ہے۔ سنے پردے لگائیں یا ایک منفرد رنگ دینے کے لئے ڈرائنگ روم کے داخلی دروازے پر دائیں اور بائیں طرف چند موتی کی لڑیاں لگا دیں یا ریٹیٹی رین پر گول شیشے

چمکالیں۔

مختلف رنگوں کی رجز سے ایک ایب پردہ عا لیں جو ڈرائنگ روم کے داخلی دروازے یا فی دی لالہ ج یا کسی بھی کمرے کی مرکزی دیوار یا اوپن پکن کے باہر کی طرف غرض کہیں بھی لگا سکتی ہیں یہ رنگ آپ کے گھر کی سجاوٹ میں اضافہ کریں گے۔ ماحول میں مسکراکن خوشبو کے لئے گلاب یا مویا کے پھول کرشل کے گلدان میں تھوڑا سا پانی

عید کے پکوان:

عید پر روایتی پکوان اور روایتی شیشے مشرقی مہمان نوازی کا خاصہ ہیں۔ عید کے دن صبح سے ہی ہر گھرانے سے کھانوں کی مہک آنا شروع ہو جاتی ہے۔ صبح کا آغاز بھی روایتی ناشتے سے ہوتا ہے۔ کین دودھ چھو بارے، کینیں الی سویاں پاؤ اور کینیں شیر خورہ وغیرہ۔ عید فرالی سے لے کر عید ڈنک عید کے



ڈن کر کسی بھی کمرے یا ڈرائنگ روم میں کولنے کی میز پر رکھ دیں تازہ پھولوں کی خوشبو سے کمرہ مہکا رہے گا۔



چکن تک، فوائل چکن، ہرے مصالحے کی بوٹیاں وغیرہ مصالحہ لگا کر میری سیٹ کرنے رکھ دیں تاکہ ان کو صرف دھبی آج پر پکھنے کے لئے رکھنا ہو۔ اسی طرح بیٹھا بھی پیپے سے بنا کر یا چاند رات کو بنا کر رکھ دیں۔

عیدی کے لفافے:

عیدی کے ملنے ای بچوں کے چروں پر خوشیوں کے جو رنگ آجاتے ہیں ان کا لفظوں میں بیان ممکن نہیں۔ عیدی کے لفافے کی مالیت اہمیت نہیں رکھتی بلکہ دینے والے کا طبع، محبت اور پیاراہمیت رکھتا ہے اور یہی احساس رشتوں میں مٹھاس پیدا کر کے رشتوں کو مضبوط بناتا ہے۔ عموماً عیدی کے لفافے عید سے قبل ہی بنا کر رکھ لئے جاتے ہیں کسی خاص کو عیدی کا فائدہ دینا ہو مثلاً منگنی کے بعد بہو یا داماد کو عیدی دینی ہو یا شادی کے بعد بیٹی کی پہلی عید ہو غرض کسی بھی خاص رشتے کے لئے اگر لفافے میں تھوڑا سا نیا پن پیدا کیا جائے تو رشتوں میں خوبصورتی پیدا ہوگی مثلاً لفافے پر رہن کے پوٹیاں لگا دیں یا لفافے کے ایک طرف موتی ستارے کی تیل لگا دیں یا گونا گونا رنگ کے پھول یا باریک دھنک یا لیس یا کوئی نازک سی تیل لگا دیں یا کوئی ڈیزائن یا لیس یا اسٹینل بنائیں اس کے بعد کپڑے یا میٹ کے بھی بکرم لگا کر لفافے بنائے جاتے ہیں تھوڑی سی محنت سے اگر بھتیوں کے رشتے مزید مضبوط ہو جائیں اور دلوں میں مٹھاس پیدا ہو جائے تو کیا حرج ہے۔

عید کی مبارک باد:

گزشتہ وقتوں میں عید پر کوئی کسی سے ملنے نہ جائے تو برا مانتا تھا تاہم مہمانوں کا خاص انتظار رواہتمام کیا جاتا تھا۔ پردیس میں موجود لوگ اپنے پیاروں کو عید کا رڈ کی صورت مبارکباد دیتے۔ فون کال کرتے اور ان کے فون کے انتظار میں خاندان بھرتوں کے پاس بات کرنے کے انتظار میں بیٹھا رہتا پردیس میں مقیم پیاروں کے عید کا رڈوں کو برہا برس سنبھل کے رکھ جاتا۔ بدلے وقت اور زمانے کے مصروف شب و روز نے عید کی مبارکباد کو بھی ایس ایم ایس، الی ملو، ای کارڈ، Whatsapp، سوشل نیٹ ورکنگ پر مبارکباد اور واٹس ایپ وغیرہ تک محدود کر دیا ہے آس پڑوس میں بھی لوگ فون پر مبارکباد دے دیتے ہیں لیکن جو رشتوں کی خوبصورتی، مٹھاس اور خصوصیت مل کر عید کی مبارکباد دیتے ہیں وہ بھلا ان برقی آلات میں کہاں؟

گلے مل کر مبارکباد دینے سے گلے شکوے رنجشیں سب ہی ختم ہو جاتی ہیں۔ پردیس میں مقیم اپنے پیاروں کو فون کال، عید کارڈ یا Skype پر ویڈیو کال کے ذریعے مبارکباد دی جاسکتی ہے بہت سے ایسے عزیز واقارب دوست احباب، پڑوسی ایسے ہوں گے جن سے شاید برسوں سے ملاقات نہیں ہوئی۔ اس عید پر ان سے ملنے ضرور چاہئیں وقت میسر ہو تو اسپتال کے مریضوں اور تنہا خالوں میں بچوں سے مل کر ان کو کچھ تحائف دیں۔ یقین چاہئیں سچی خوشی حاصل ہوگی۔

مختلف پکوان خاتون خاندان کی ذمہ داری

ہوتی ہے۔ بہترین ہوتا ہے کہ پہلے سے تیاری کر لی جائے۔ مینواس طرح کا تختہ کریں کہ کتنوں ہورہی خالے میں گزارنے کے بجائے مہمانوں کے ساتھ بھی وقت گزار جائے مثلاً عید فرانی کے لئے کیک، کباب، سمو، رول وغیرہ پہلے سے تیار کر کے رکھ دیں۔ عید کی صبح صرف تھیں اور عید فرانی پر ہاؤز میں عید اڑ کے لئے نہاری، اسٹو، کڑا اسی گوشت، دم قیہ وغیرہ میں سے کوئی ڈش پنالیس یعنی ایسی ڈش جس کو زیادہ پکانا نہ پڑے۔ پلاؤ یا بریانی کا سامان تیار کر کے رکھ میں تاکہ کھانے سے آدھا یا ایک گھنٹہ قبل صرف چاول ہاں کر دیاں دیں۔ اسی طرح چغڑا، اسٹیم چکن، دان پروست، سندھوری، ککے،



ماہ رمضان اور عید کا اہتمام

گھر تو وہی ہو پر نیا نیا سا لگے

گھروں کی اندرونی آرائش اور بحالیاتی طہنچوں کے لئے ہم مختلف تصورات پر کام کرتے رہتے ہیں مثلاً ملبوسات کے جدید رجحانات سے بھی استفادہ کرتے ہیں۔ دراصل ڈیزائن تازہ اور منفرد امیجز کو یکجا کر کے ایک تصویر کی مانند مکمل ہوتا ہے۔ اندرونی آرائش کے ماہرین اب فیشن کی دنیا سے بھی رنگ، خدو خال، زاویے اور اشکال اخذ کرتے ہیں پھر اسے مل دیتے ہیں یعنی کسی پردے پر مضبوط روشنی ڈورالگا کر ایک نئی ہوئی وضع قطع ظاہر کی جاتی ہے ورنہ راڈ والے سادہ پردے بھی لوگ پسند کرتے ہیں۔ رمضان میں افطار اور ذرکا اہتمام ہر گھر میں ہوتا ہے۔ آپ لذت کام و دہن کا خاص خیال رکھیں گی۔ یقیناً ڈنڈا کا دسترخوان کے پچھلے اور نئے شمارے اس ضمن میں آپ کی خاطر خواہ رہنمائی بھی کریں گے تاہم ایک اہم شعبہ گھریلو آرائش کا بھی ہے۔

سجادات میں گلابی پن، امید کا رنگ

یوں تو اسے بچیوں اور نوجوان لڑکیوں کا رنگ کہا جاتا ہے لیکن یہ امید اور رشتوں کو اہم سمجھتے ہوئے انہیں بھانے کا عندیہ دینے والا رنگ بھی ہے۔

زرور رنگ کھلتی ہوئی امٹکوں کا تاثر

کس نے کہا کہ زرد رنگ افسردگی کا تاثر دیتا ہے۔ ذرا تصور کیجئے کہ سروس کھیت میں پھول رہی ہو تو مزہ سے لے کر زرد میں صاف کرنے والے رنگ کی خوشی دیدنی ہوتی ہے۔ زرد رنگ دوسرے رنگوں کے ساتھ مل کر بہت دلکش تاثر دیتا ہے۔ زرد اور نیلے یا زرد اور ہرے کے ساتھ ہسٹر کی چادر، ہوسٹے کا کپڑا، ہوا دار ہون کشتوں کے رنگوں میں اس رنگ کی آمیزش ہو دیکھئے میں بھلا لگتا ہے۔ آپ کے فرنیچر کے ساتھ زرد رنگ کی ایک آرائشی موہنی بھی نہایت دلچسپ معلوم ہو سکتی ہے۔

لیس والے مولیو

فیشن کی دنیا اور خاص کر خواتین کے لباس سے ماسٹ رکھنے والا یہ عنصر یعنی لیس آج سے فیشن برسوں سے ہوم ڈیکور میں استعمال ہو رہا ہے۔ ہمارے ڈائننگ ٹیبل کا کور، چیئر سیٹ، ٹرائی کی شیٹ، بستر کی چادروں کے کولوں پر یا جالی دار پردوں کی شکل میں بھی اسے عموماً لوگ پسند کرتے ہیں۔

لہری دار فرنیچر

Serpentine ساخت کا فرنیچر 18 ویں اور 19 ویں صدی میں بھی مقبول تھا۔ پچھلے چند برسوں سے ہمارے ہاں بھی کچھ اختراع اور کسی قدر تبدیلی کے ساتھ یہ فرنیچر پسند کیا جانے لگا ہے۔

ماحول دوست فضا

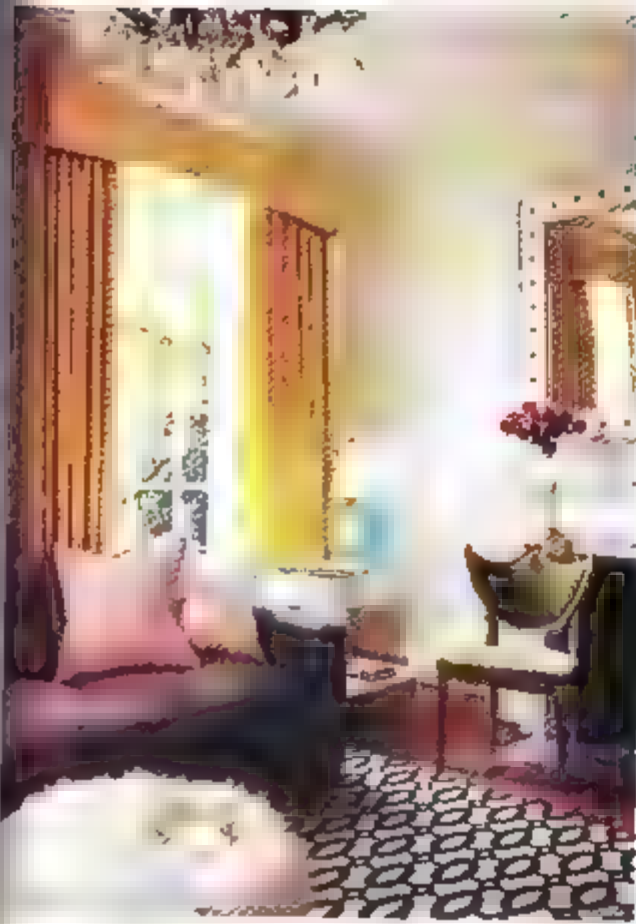
فلورنگ یعنی فرش کی مفاتیح سٹریٹی آسان بنانے کے لئے دیگر قالینوں کو خیر باد کہنے کا دور آچکا ہے۔ اب اینٹوں، ماربل اور ہائس کے فرش زیادہ موزوں سمجھے جانے لگے ہیں۔ فرش میں وہی میریل بہتر ہے جو کم قیمت میں دستیاب ہو جائے اور اس کے ساتھ ساتھ آسانی سے استعمال میں آ سکے۔

رگس اور جیو میٹری

اب تک اور مختصر جگہوں کے ساتھ ساتھ طویل راہ داریوں، مکان کے وسطی حصوں اور میاں دلوں میں رگس بچانے کا اہتمام کیا جانے لگا ہے۔ ٹیکسٹائل کی دنیا نے یہاں بھی ہیرا کیا ہے اور Rugs کو نمایاں انداز میں بنایا جانے لگا ہے۔ دیواری آرائش کے لئے بھی موزوں سمجھے جاتے ہیں اور فرش کی فرنگ کے لئے بھی بہترین، پائیدار اور پائیدار سمجھے جاتے ہیں۔ ان رگس میں آپ کو جیو میٹریکل ڈیزائنز سے لے کر پھولوں کی شبیہوں میں گرافک آرٹ کی شکل بھی نظر آتی ہے۔

اس بار پھولوں کی تازہ چٹاں سجالیں

چاندی کے خوشن کٹوروں میں، کرسٹل کے پیالوں میں یا سیرامک کے کسی برتن میں یا پھر کچی مٹی کی باڈی میں پھول دانے سے چھانگ بھر چٹاں خرید لائیے اور انہیں سادہ پانی اور چند قطرے عرق گلاب میں ملا کر سجا بیجئے۔ یہ سجادات آپ کے گھر کے چاروں طرف بکھیرے گی۔ گلاب ایسا پھول ہے جس کی مہک پیار کی خوشبو بن کر آج ہر مہمان کی سانسوں کو مہکا دے گی۔



چھنکتی چوڑیاں من بھاتا زیور

آئیے عید کی خوشیوں میں رنگ بھرویں

صدف آصف

چمن چمن کرتی چوڑیاں ہر عمر کی لڑکیوں اور خواتین کی کمزوری کہتی ہیں۔ ہمارے یہاں چوڑیوں کی روایات بہت قدیم بھی جاتی ہے۔ پاکستان میں عید کا چاند نظر آتے ہی چوڑیوں کی دکان پر رش کا عالم دیکھنے سے تعلق رکھتا ہے۔ خواتین اور لڑکیاں عید کے مہوسات کی پچنگ کے حساب سے چوڑیاں خریدنے کے لیے بازاروں کا رخ کرتی ہیں۔ اسی لیے عید کی تیاری ہندی اور چوڑیوں کے بغیر ادھوری کہلاتی ہے، ویدہ زیب چمن چمن کرتی چوڑیوں سے بھرے ہاتھ عید کی خوشیاں میں رنگ بھر دیتے ہیں۔

ہمارے یہاں شاید ہی خوشی کی کوئی ایسی تقریب ہو جہاں خواتین کی نازک یا سڈول کلائیوں میں چوڑیوں کی کھٹکناہٹ نہ ہوں۔ ہمارے یہاں سب سے پہلے کالج کی چوڑیاں کو ادیت حاصل ہے۔ جو سستی ہونے کی وجہ سے ہر طبقے کی پہنچ میں ہیں۔ کالج کی چوڑیاں نہ صرف اپنے دلکش رنگوں کی وجہ سے لگا ہوں کو بہتی ہیں بلکہ ان کی مخصوص جھنکار کانوں میں رس گھول دیتی ہے۔ ہمارے مشرقی معاشرے میں چوڑیوں کو کہاگ کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ مگر یہ چوڑیاں کسی مخصوص عمر سے متعلق نہیں کی جاتی ہیں۔ لڑکیوں سے ادھیر عمر کی خواتین تک اسے بڑے شوق سے پہنتی ہیں۔ شادی شدہ خواتین چمکیلی چوڑیوں کو کامدار کڑوں اور ہانکوں کے ساتھ ملا کر بہت خوبصورت سیٹ بنا کر پہنتی ہیں، جس میں جدت پیدا کرنے کے لیے انھیں ذخیر سے منسلک کر کے ٹھکانے وغیرہ لگائے جاتے ہیں۔

سرخ، ہنر، براؤن اور نیلی مینے کی چوڑیاں عموماً بڑی عمر کی خواتین پہنتی ہیں۔ آج کل پلاسٹک، لکڑی، مختلف دھاتی اور مختلف اشکال کے کڑے بھی بہت پسند کیے جا رہے ہیں۔ مشرقی و مغربی اجزاع سے ڈیزائن کیے گئے یہ گول، بیضوی، چوکور اشکال کے ویدہ زیب کڑے کم عمر لڑکیوں کو اپنی جانب مائل کرتے ہیں۔ تار کی طرح بنی کھائی ہوئی کلائی کے گروپٹ جاسے وان، سٹیل اور ربرک چوڑیاں بھی عام ہیں۔ یہ اسٹینٹ چوڑی مشرقی اور مغربی دونوں مہوسات کے ساتھ چمکتی ہے

وہی طرز کی چوڑیوں، گوشہ میں جدت دے کر جدید انداز میں ڈھال کر بیجا جا رہا ہے۔ ایسے ڈیزائن بھی بہت منفرد نظر آتے ہیں، ان کی سادگی میں بھی پرکاری ہوتی ہے۔ شیشے یا موتیوں سے انھیں سجایا جاتا ہے۔ راجستانی اسٹائل کے کڑے اور قمر کے انداز میں بنائی گئی چوڑیاں بھی آنکھوں کو بھلی لگتی ہیں۔

سونا مہنگا ہونے کی وجہ سے صنف نازک کی پہنچ سے دور ہوا لواطین ڈیزائن کے سنہری، سادہ، حقش، کام دار اور رنگوں والے نگین، چوڑیاں اور برسلیف کا رواج عام ہو گیا۔ اس قسم کے نگین شادی بیاہ کی تقریبات میں خواتین کے ہاتھوں میں نظر آتے ہیں، جو سونے کے زیورات کو بھی مت دیتے ہوئے کلائی میں جگمگاٹتے ہیں۔ یہ خواتین کا اب ہاتھوں میں پہننے والا من بھاتا زیور ہے جو کبھی "آؤٹ آف فیشن" نہیں ہوتا۔ ان کی ساخت، تراش، خراش اور رنگ دونوں کو مدد دیتے ہیں۔





اس عید پر آپ کیا پہنیں گی؟ کیسا جوڑا سلوائیں گی

[illegible]

ذاتی طور پر گرمیوں کے موسم میں آنے والی عیدوں کے لئے پھولدار پر نش
زیادہ خوشیوں گتے ہیں۔ کچھ برگدار پر نش ہوں۔ کچھ پر عیدوں کی شب بھٹ کے
گر ٹیکسٹ ڈیزائنز ہوں اور کھیتے ہوئے شوق اور مدد دیکھ تو جیسے بھی ہوں
اجے گتے ہیں۔

ندا ازاد

ذاتی طور پر
زیادہ نمونہ
گر ٹیکٹو
ایچھے لگتے
اہم سوال
کلاسک
انداز کی کیم
ہو تو شیردا
اوپن اسٹا
سوٹ بن
ہے کہ س
مولو



زارا شاہ جہاں

”مجھے اس عید پر انکسز انڈری زیادہ بھلا میلم معلوم ہوتا ہے۔ انکسز انڈری نہیں تو ہاڈر پر پھول دار ڈیزائن ہوں، وہیے۔ ٹیڈیا دینا بہت مشکل ہے کیونکہ آپ پر کونسا انساگل ہے گا یا کونسا آپ کا پرسنل انساگل ہے یہ آپ سے بہتر کوئی نہیں جانتا۔ کبھی کسی ماڈل کو دیکھ کر اس جیسا لباس خریدنا درست نہیں ہوتا۔ اس ماڈل کے لباس سے صرف ایک مختلف تصویر منفرد اور اچھوتا تاثر اپنا جا سکتا ہے۔“



مہندی رچائی جائے

یہ ہے عید کا سنگھار

محمد زاہد

ریشمی آچھ، چمکتے دیکتے، رنگا رنگ بھوسات، حنائی ہاتھوں میں بھری چوڑیوں کی ٹانگ، بچوں کی معصوم مسکرائشیں، عید یوں کے تہانے، نو جوانوں کے تہقبے اور بچکن سے اشقی انواع و اقسام کے کھانوں اور شیر خور سے کا قصور اس ایک لفظ عید میں پوشیدہ ہے۔ عید تین عروق پر مشتمل ہے اس لفظ میں بڑھپوں خوشیاں پوشیدہ ہیں۔ عید روزہ داروں کے لئے تحفہ خداوندی ہے جسے بھرپور تہوار کی طرح منانا چاہئے۔ بزرگ کہتے ہیں ہمارے وقتوں میں افراطی کی عید نہیں ہوتی تھی نہ آج کل کے لڑکوں کی طرح اسے سو کر گزارا جاتا تھا۔ شام ہوتے ہی گھر والے چھتوں پر چڑھ جایا کرتے تھے عید کا چاند دیکھنے میں مائل کی کوشش کرتا اور ایک دوسرے پر مسکت لے جاتے کی بھلو جوانوں پر سوار ہوتی تھی، چاند نظر آتے ہی ایک دوسرے سے بغل گیر ہو کر مبارکبادی جاتی



پھر چھتوں سے تر کر بزرگوں کو سلام کر کے ان کی دعا لیں لی جاتی تھیں۔ چاند کا سنتے ہی خواتین شیر خور سے کے لئے میوہ جات کاٹنے لگ جاتیں اور عید کے دن کے بکوان کی چدیاں شروع کر دیتیں۔ لڑکیاں اپنی سہیلیوں کے ساتھ مل کر آگن میں بیٹھ جاتیں، مل کر مہندی گھولی جاتی اور ایک دوسرے کی ہتھیلیوں پر لکھتے، بنا کر خوش ہوتیں اور ایک دوسرے کو داد دیتیں۔ پہلے وقتوں کی یہ رانچیں اب مفقود ہو چکی ہیں۔ اب اسکے برعکس ہوتا ہے

چھوٹی عید جسے عید الفطر کہتے ہیں خواتین کے لئے خاصی بے سٹور نے سے تعلق رکھنے والی عید ہے جبکہ عید قرباں پر جانوروں کی خرید و فروختی اولین ترجیح ہوتی ہے۔ بہر حال خواتین میں مردوں سے زیادہ جوش و خروش نظر آتا ہے۔ مرد حضرات صرف ایک نئے جوڑے اور جوڑے پر استفا کر لیتے ہیں جبکہ خواتین اپنے بناؤ سنگھار پر خاص

توجہ دیتی ہیں۔ تہوار کے اس موقع پر خوبصورت اور منفرد نظر آنے کی خاطر وہ سب سے سنورنے کے تمام لوازمات استعمال کرتی ہیں۔ اس بناؤ سنگھار میں چوڑیوں کی خرید واری اور مہندی کی لایز انٹنگ کو خاص اہمیت حاصل ہے۔ اس کے بغیر عید کا سنگھارا ہوا ہے۔

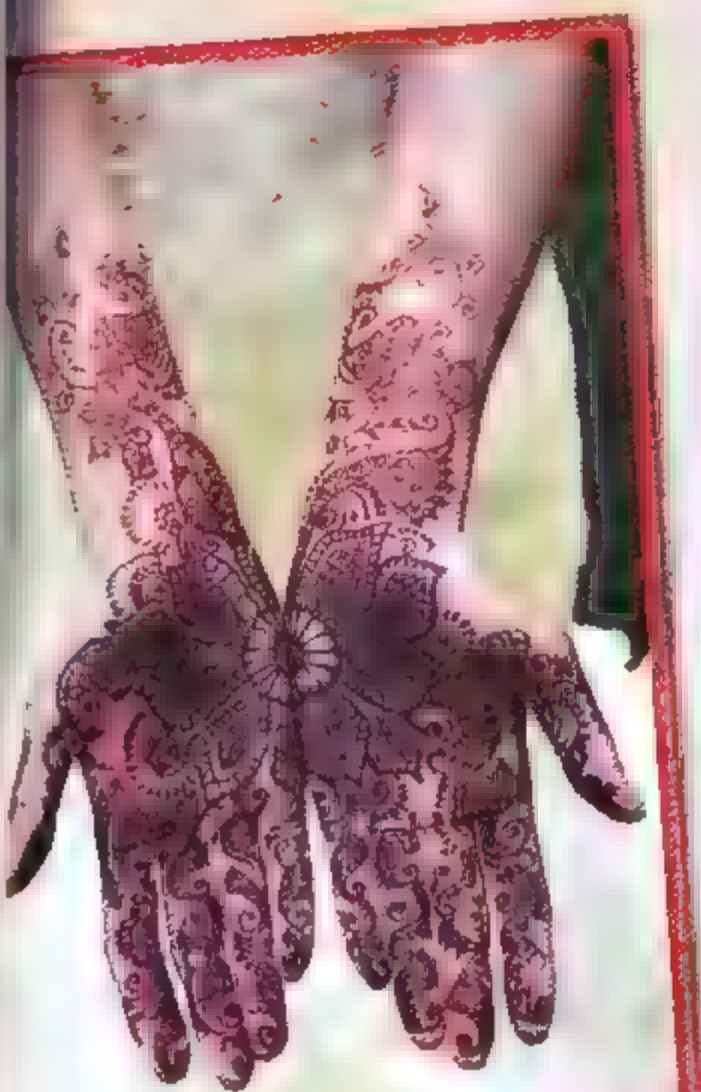
یہ تا صرف قدیم روایت ہے بلکہ ملت محمدی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم بھی ہے۔ پرانے وقتوں میں خواتین کا بازار جانا محبوب سمجھا جاتا تھا۔ خواتین کی تمام ضرورتیں گھر بیٹھے پوری ہوتی تھیں۔ عید کے دن صبح نماز کے بعد چوڑی والی جسے ”نیمران“ کہا جاتا تھا چوڑیاں اور دوسرے لوازمات لے آتی تھیں اسے دالان میں بٹھا دیا جاتا تھا۔ گھر کی تمام خواتین جن میں بہوئیں، وشیاں اور بچیاں شامل ہوتی تھیں، اپنی اپنی پسند کی چوڑیوں کے ساتھ مہندی، دلی، پاؤڈر، خوشبو وغیرہ لے لیا کرتی تھیں۔ کئی خواتین ایسی بھی تھیں جو گھر بیٹھے مہندی کے پتے نہیں کر ہاتھوں اور پیروں کو رنگا کرتی تھیں۔ مہندی کے چھاڑے تازہ بہ تازہ پتے توڑ کر سستے چمکری سلیر نہیں لیا جاتا بلکہ اسے ہاتھوں اور پیروں پر ٹکھوں کی مدد سے رنگا جاتا۔ جب ہاتھ دھوئے جاتے تو کھتے رنگوں کے ساتھ مرغ سرخ ہتھیلیاں اپنی سوندھی سوندھی خوشبو کے ساتھ مہک جاتی یہ مہندی آج کل خشک شکل میں دستیاب ہے جو اب محروم سودہ خواتین کے ہاتھوں کو رنگنے تک محدود ہو گئی ہے۔ موجودہ دور میں جس طرح روایتیں کو جدید تصور اور نئے نئے روپ میں ڈھال لیا ہے اسی طرح سل پر پس جاتے دلی مہندی اب کون اور شعبہ کی شکل میں دستیاب ہے کون کے ذریعے تل برتنے بنا تا بھی ایک آرٹ ہے۔ گول ٹکڑی کی شکل کا ڈیزائن بھی نہایت مہین نقش و نگار اور آرائش بھرائی کی شکل میں ہوتا ہے، ہر خواتین مہندی کون کے ذریعے طرح طرح کے گلش ڈیزائن بنا لیتی ہیں، موجودہ دور میں خواتین میں کئی طرح کے ڈیزائن مقبول ہیں، ان ڈیزائن میں خواتین مختلف رنگوں کے گھٹیر اور سٹور رنگ کے گلچنے لگوا کر مہندی کی آرائش اور گلشی میں اضافہ کرتی ہیں۔ آج کل کالی مہندی بھی خواتین میں بے حد مقبوع ہے، خواتین افریقین اور پاکستانی ڈیزائن کے علاوہ عربی، افریقی اور سوڈانی مہندی کے ڈیزائن لگو ناپسند کر رہی ہیں۔

وہ خواتین جو زیادہ بھرے بھرے ڈیزائن پسند نہیں کرتی ہیں ان میں عربی مہندی مقبول ہے، عربی ڈیزائن دیکھنے میں منظر داؤ نہیں لگتے ہیں۔

عربی مہندی کے ڈیزائن آدھے ہاتھ پر بناتے جاتے ہیں۔ ان میں زیادہ تر پھول پتیاں اور صراحی وار ڈیزائن ہوتے ہیں۔ چوں کے اندر لٹنگ نہیں کی جاتی۔ یہ ڈیزائن چونکہ آدھے ہاتھ پر مشتمل ہوتا ہے لہذا کھڑکھا ڈیزائن لکھوں کے آدھے حصے پر لگا ہوتا ہے۔ لکھوں کا ہاتی آدھا حصہ چھوڑ دیا جاتا

ہے۔ جبکہ افریقی سوڈانی مہندی میں ہار یک ہار یک رائٹیں در ان پر بھری پتیاں بنی ہوتی ہیں۔ انہی رائتوں پر مختلف اشکال بھی بنائی جاتی ہیں۔ سونے اور ہار یک دونوں نہیں اس ڈیزائن میں استعمال کئے جاتے ہیں۔ پاکستانی اور افریقین مہندی کے ڈیزائن بنانا خاصا محنت طلب کام ہے کیونکہ اس ڈیزائن میں ہار یک کام کیا جاتا ہے۔ ڈیزائن کے ہر کونے میں لٹنگ کی جاتی ہے۔ لکھوں کی پوروں سے لے کر ہتھیلی کے نیچے تک ہر اہم بھرا ہوتا ہے۔ ڈیزائن کے کسی حصے میں جگہ نہیں چھوڑی جاتی۔ پھول پتوں کے اندر لگی لٹنگ گھر کے ہاتھوں کو مکمل بھرے بھرے ڈیزائن سے بھر رکھا جاتا ہے۔

عید کی سوقات میں خصوصی سوقات مہندی ہے۔ ڈالفا کا دسترخوان عید کے اہم پرست موقع پر مہندی کے چند نمونے شائع کر رہا ہے انہیں آپ اپنے ہاتھوں کے آگے پیچھے لگائیں۔ عید کے دن ہاتھنا مہندی ہے ہاتھوں کی سوندھی سوندھی مہک اور کلا نہیں تک رنگ برنگ چوڑیاں آپ کے کسے کسے کو روچند کر دیں گی۔





عید اپیشل

کریمی سویاں

ترکیب:

- سویاں کے چھوٹے ٹکڑے کریں، اور پانی کے واسے نکال کر کوٹ لیں اور پدم پتوں کو باریک کاٹ کر رکھیں
- کڑاہی میں ۱ ڈالڈا VTF بنا پتی اور کریمینی ٹیج پر گرم کریں اور اس میں اناج پتی اور بادام پتے ڈال کر دسے تین منٹ خرائ کریں
- پھر اس میں سویاں ڈال کر ہلکی آگ پر پھولیں دس دورن دوسری طرف چینی میں دو پیان پانی اور کریمینی ٹیج پر پکے رکھ دیں
- چینی اور پانی چھی طرح مل ہو جائے ورسوئی کی خوشبو آنے لگے تو دونوں کو دس اور ڈھک کر ہلکی ٹیج پر پکے رکھ دیں
- جب شیر خشک ہونے پر بجائے تو ہار کی کوہکا سا پیسٹ کر ڈالیں اور ہلکی ٹیج پر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

خوبصورت سی ڈش میں نکال کر فریج میں رکھ دیں اور عید کے پرستار موقع پر مزید رشتہندی سویاں کا لطف اٹھائیں۔

اجزاء:

200 گرام	سویاں
دو پیان	چینی
دو پیان	پانی
تین سے چار عدد	پھولی اور پانی
صوب پند	بادام پتے
آدھی پیان	۱ ڈالڈا VTF بنا پتی

پیارے کا وقت: دس سے بارہ منٹ

پکائے کا وقت: تین سے پچیس منٹ

الزام: چار سے چھ کے لئے



عید اپیشل

چکن کیفریٹیل

ترکیب:

- اس ڈش کو بنانے کے لئے چکن کو بڑے ٹکڑوں میں بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔ سب سے پہلے چکن کو دھو کر گہرے کٹ لگا کر رکھ لیں۔ پیاز کو ہار یک کاٹ میں
- دھنیا اور زیرے کو توڑے پر ہلکا سا بھون لیں اور اس میں گرم مصالحہ کر گرائینڈ میں پیس لیں
- پھر درک آسن، ہری مرچیں، ہرا دھنیا اور پودینے کو مینڈر میں پیس میں اور اس میں فراٹی کی ہوئی پیاز، خشک مصالحہ
- چکن کو مصالحے کے مکھڑ سے ہیرینٹ کر کے فرج میں رکھ دیں
- کڑا ہی میں ڈالنا VTF کا پتی کو درمیانی آچ پر گرم کریں اور اس میں چکن کو سنہری فری کریں۔ ایک طرف سے اچھی طرح فری ہو جانے کو پٹ کر دوسری طرف سے بھی سنہری کریں
- فیض کو چپک کریں، گرکس نہ لگی ہو تو ہلکا سا پانی کا چھین دے کر ڈھک کر بلکی۔ آچ پر دم پر رکھ دیں
- آخر میں سر کر ڈال کر دوسرے تین منٹ پھر سرچو لے سے اتار میں

پریزنٹیشن:

سرد سے بھی ہوئی خوبصورت ڈش میں رکھ کر اس مزیدار چکن کو پیش کریں۔

اجزاء:

ایک کلو	ٹماٹر گرم مصالحہ	دو کھانے کے چمچ
ٹماٹر چکن	ہری مرچیں	چار سے چھ عدد
نمک	ہرا دھنیا	دو کھانے کے چمچ
درک آسن پتہ ہو	پودینہ	دو کھانے کے چمچ
پیاز	سرکہ	دو سے تین کھانے کے چمچ
سفید پیرہ	ڈالنا VTF کا پتی	چار کھانے کے چمچ
ٹماٹر دھنیا		

تیزی کا وقت:

ایک گھنٹہ

پکانے کا وقت:

آدھا گھنٹہ

افراو

چار سے پانچ کے لئے



عید اپیشل

ترکیب:

- چکن کوٹنے کی طرح کنوائس اور اس کو دھو کر اس میں گہرے کٹ لگائیں
- لہسن کے جوں، الہ مرچوں اور سفید زیرے کو توڑے پر بھون لیں اور گرائیڈ میں بھیں میں، پھر اس میں تین کھانے کے چمچ سرکہ درد کھانے کے چمچ ڈالڈا کنولہ آئل ڈس کر دلائیں تاکہ یہ پیسٹ بن جائے
- تھوڑا سا پیسٹ سے میرینٹ کر کے فریج میں رکھ دیں
- سلوڈ کو چھیل کر فریج فرائیز کی طرح کاٹ لیں اور انھیں اٹھتے ہوئے پانی میں نمک اور سرکہ ڈال کر تیس سے چار منٹ ابال میں پانی سے نکال کر پر سے ٹھنڈی پانی بہا دیں اور تین نمک اور کان مرچ چھڑک کر انھیں اسو نمونائل سے ڈھک کر رکھ دیں
- فریج میں دو سے تین گھنٹے کے چمچ ڈالڈا کنولہ آئل کو درمیان چمچ پر گرم کریں اور اس میں تھوڑا سا کوئل کر ڈھک دیں
- پانچ سے سات منٹ بعد جب ان کا پنا پانی نکلنے لگے تو وہی پیسٹ رول دیں اور ہلکی آگ پر پکے رکھ دیں
- وہی کا پانی خشک ہونے تک چکن گل جائے تو اسے چولہے سے تار میں اور دوں پروف ڈش میں ڈال دیں
- کئے ہوئے سلوڈ کو چاروں طرف لگائیں اور اوپر سے پھینٹ ہو ٹھ پھینٹ کر ڈال دیں۔ آخر میں اوپر سے دو کھانے کے چمچ ڈالڈا کنولہ آئل ڈال دیں
- پہلے سے گرم کئے ہوئے اوون میں 150°C پر دس سے بارہ منٹ بیک کر کے نکالیں

پریزنٹیشن:

اوون سے گرم گرم نکال کر ٹائڈی ساس کے ساتھ اس منفرد چکن کا مزہ اٹھائیں۔ یا چکن کو پکانے کے بعد اس کے گوشت کو ہڈی سے علیحدہ کر لیں اور فریج فرائیز کے ساتھ بیکنگ ڈش میں ٹھنڈا کر بیک بھی کیا جاسکتا ہے۔

عربک بیک چکن

اجزاء:

750 گرم	سرکہ	چا رکھانے کے چمچ
حسب ذائقہ	سو	تین عدد درمیانے
دس سے بارہ عدد	انڈے	دو عدد
چھ سے آٹھ عدد	کان مرچ کٹی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کنولہ آئل	حسب ضرورت

پارلی کاؤت: ایک گھنٹہ
ہائے کاؤت: پینتیس سے چالیس منٹ
دو سے تین کے لئے

ڈالڈا کا دسترخوان



عید اسپیشل

مٹن اکبری

اجزاء:

بکرے کا گوشت	ایک کلو	پہا ہوا گرم مصالحہ	دو چائے کاجی
مٹن	حسب ذائقہ	ہری مرچیں پس ہوئی	ایک چائے کاجی
درے ہن پہا	دو کھانے کے چمچ	دہی	ایک پیالہ
پیاز	دو عدد درمیان	نمہ نوکچپ	آدھی پیالہ
سب مرچ پی ہوئی	ایک چائے کاجی	انجلی پی ساس	دو کھانے کے چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کاجی	نمہ	دو عدد
کالی مرچ گدڑی سی ہوئی	دو چائے کاجی	برادھنیا	آدھی گھی
چائے مرچ	ایک چائے کاجی	ہری مرچیں	تین سے چار عدد
ہدی	ایک چائے کاجی	ڈالڈا کوٹنگ آئل	چار سے چھ کھانے کے چمچ

تیاری کا وقت: دس سے پندرہ منٹ
پکانے کا وقت: پینتیس سے چالیس منٹ
افراد: پانچ سے چھ کے لئے

ترکیب:

- گوشت کو دو کر رکھ میں، پیاز کو چوب کر لیں۔ نمہ، برادھنیا، وری مرچیں کو ہار یک کاٹ کر رکھ لیں
- پین میں ڈالڈا کوٹنگ آئل ڈال کر درمیان کی کاجی پر دو سے تین منٹ گرم کریں اور اس میں پیاز ڈال کر پانچ سے سات منٹ فری کریں
- ادرک، لہسن، ہری مرچ، وری گوشت ڈال کر اتنی دیر ہونیں کہ گوشت کا اپنا پانی خشک ہو جائے
- پھر مٹن، لال مرچ، کٹی لال مرچ، کان مرچ، ہدی، چائے مرچ مٹن وری ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور ڈھک کر درمیان کی کاجی پر پکے رکھ دیں
- جب گوشت دھک ہو جائے تو انجلی پی ساس، نمہ نوکچپ اور گرم مصالحہ ڈال دیں اور اچھی طرح گھٹے تک پکائیں
- اتار تے ہوئے نمہ، برادھنیا اور ہری مرچ سے گارنش کر لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم شیر میں یا تاقین کے ساتھ پیش کریں۔



عید اسپیشل

مرغ شالیمار

ترکیب:

- چکن کے ٹکڑوں کو صاف دھو کر خشک کریں اور انہیں نمک، ادراک، لہسن اور سفید مرچ کے ساتھ میرینٹ کر کے رکھ دیں
- پیاز کے موٹے ٹکڑے کر کے دھوپیاں پانی میں ڈالیں اور اس میں بادام (چھلکا نکال کر)، خشک ماش اور تل ڈال کر ہاں لیں
- پیاز لگ جائے تو اسے ٹھنڈ کر کے پیس میں اور دھوپیاں میں ماکر رکھ دیں
- چین میں مارجرین یا مکھن اور ڈالدا کو کنگ آئل ڈال کر درمیاں آجے پر گرم کریں اور اس میں گرم مصالحہ ڈال کر کڑا لیں
- پھر اس میں پیاز کا پیسٹ ڈال کر اتنی دیر بھونیں کہ تیل علیحدہ ہو جائے
- میرینٹ کی ہوئی چکن ڈال کر ڈھک دیں، پانچ سے سات منٹ درمیاں آجے پر پکانے کے بعد اس میں ککونٹ ملک ڈال دیں
- بکی آجے پر پکے گئے تک پائیں اور آخر میں ہار یک کٹا ہو ہر مصالحہ اور کریم ڈال کر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس چکن کو حسب پسند شیر مال یا نان کے ساتھ پیش کریں۔

اجزاء:

چکن	۱/۲ کلو	ثابت گرم مصالحہ	ایک کھانے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	دھوپیاں	دو پیالی
ادراک پودا	دو کھانے کے چمچ	ککونٹ ملک	دو پیالی
پس پودا	دو کھانے کے چمچ	ہری مرچیں	سٹھ سے دس عدد
پیاز	تین سے چار عدد	ہر دھنیا	ایک گھسی
سفید مرچ ہٹی ہوئی	ایک کھانے کا چمچ	پودینہ	دھوپیاں
ادام کا جڑ	آدھی پیالی	فریش کریم	ایک پیالی
تل	دو کھانے کے چمچ	مارجرین یا مکھن	دو کھانے کے چمچ
لٹھال	دو کھانے کے چمچ	ڈالدا کو کنگ آئل	آدھی پیالی

آدھا گھنٹہ

تیس سے پینتیس منٹ
چھ سے سات کے لئے

تاری کا وقت:

پکانے کا وقت:
۱۵-۲۰

ڈالڈا کا دسترخوان



میکرونی پارسلز

اجزاء:

میکرونی	200 گرام	کان مرچیں پی ہونی	آدھا چائے کا چمچ
کالچ چیز	ایک پیڑ	بری مرچیں (باریک کی ہوئی)	دو سے تین عدد
مشروم	ایک ٹن	جوائن	آدھا چائے کا چمچ
شملہ مرچ	ایک عدد	بیموں کا رس	دو کھانے کے چمچ
نمک	حسب ذائقہ	سو سے کی پنیاں	حسب ضرورت
لہسن (باریک کن ہو)	دو سے تین جوئے	ڈالڈا کوکنگ آئل	حسب ضرورت
چکن پاؤڈر	ایک کھانے کا چمچ		

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

فرائینگ کا وقت: دس سے پندرہ منٹ

تعداد: دس سے بارہ عدد

ترکیب:

- میکرونی کو نمک پیے پانی میں دس سے بارہ منٹ ہائیں اور چھلنی میں ڈال کر اوپر سے ٹھنڈا پانی بہا دیں۔ مشروم اور شملہ مرچ کو باریک چوب کر میں اور کالچ چیز کا چورا کر کے رکھ دیں
- میکرونی کو چھی طرح خشک کریں پھر اس میں چیز، مشروم، شملہ مرچ، نمک، لہسن، چکن پاؤڈر، شملہ مرچ، کالی مرچ، بری مرچیں، اجوائن اور بیموں کا رس ڈال کر چھی طرح ملا دیں
- دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ دو سے تین چمچ خشک میڈے میں تھوڑا سا پانی ڈال کر لٹنی سی بنا دیں
- سو سے کی ایک پی کو سیدھا رکھیں اور اس پر دوسری پی کو کراس (+) کر کے رکھیں۔ درمیان میں ایک کھانے کا چمچ تیار کیا ہوا نمک چھڑک کر پیسے ایک پی کے دونوں سروں کو اٹھا کر درمیان میں رکھیں اور پی کی مدد سے بند کر دیں
- پھر اسی طرح دوسری پی کے بھی دونوں سروں کو درمیان میں لا کر لٹنی سے چپکا دیں۔ ٹرسے میں تھوڑا سا خشک میڈہ چھڑک دیں اور ان پر سو کو اس میں رکھ کر اوپر سے پندرہ منٹ شیٹ سے ڈھک کر فریجز میں رکھ دیں
- کڑی میں ڈالڈا کوکنگ آئل ڈال کر دو پی پی آٹھ پرچہ سے پانچ منٹ گرم کریں اور ان پر رسل کو سبھر فرائی کریں

پریزنٹیشن:

ان کو ایک سے دو پی پیسے بنا کر اوپر دیئے گئے طریقے کے مطابق فریجز میں رکھ دیں اور فطرت کے وقت یا میہ لوں کی مدد پر گرم گرم فرائی کر کے پیش کریں۔

دالدا کا دسترخوان



پوٹیو چیز روز

اجزاء:

آدھا کلو	بہدی	آدھا چائے کا چمچ
200 گرام	کالی مرچ پیسی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
آدھی پیوں	انڈے	تین عدد
حسب ذائقہ	ذیل روٹی کا چورا	حسب ضرورت
ایک چائے کا چمچ	بیسوں کا رس	دو کھانے کے چمچ
ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کوٹنگ آئل	حسب ضرورت

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

لڑائیگ کا وقت: دس سے بارہ منٹ

لہذا: پانچ سے چھ عدد

ترکیب:

- پیسے کو دھو کر صاف پین میں ڈالیں اور اس میں درگ بہن نمک، لاس مرچ اور بہدی ڈال کر درمیانی آگ پر پکے رکھ دیں۔ تھوڑی دیر پکائیں کہ پیسے کا پتہ پانی خشک ہو جائے
- آدھ کلو بال کر چھیل کر پیش کریں اور اس میں نمک، کان مرچ اور لیموں کا رس ملا کر رکھ لیں
- دو انڈوں کو بال کر چورا کریں اور پیسے کو اچھی طرح بھون کر اس میں ملا لیں۔ پھر ٹھنڈے ہونے پر اس میں کش کیا ہوا چیز بھی شامل کر دیں۔ اور اس کچر کو دس منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- آدھے کچر کو کباب کی طرح ہتھیلی پر رکھ کر لکیر بنائیں اور اس کے درمیان میں دو کھانے کے چمچ قیر رکھ کر اس کو روں کی شکل میں دبا کر اچھی طرح بند کر دیں
- ایک انڈے کو پیسٹ کر اس میں چٹکی بھر نمک اور کالی مرچ شامل کریں، تیار کئے ہوئے رول کو پیسٹ انڈے میں ڈپ کریں پھر ایل روٹی کے چورے میں تھپو
- کڑھی میں ڈالڈا کوٹنگ آئل کو درمیانی آگ پر گرم کریں۔ دروازہ کھول کر فریج میں

پریزنٹیشن:

گرم گرم مزیدار روٹو کو کچپ اور پٹنی کے ساتھ افطار کے وقت یا شام کی چائے پر پیش کریں۔



فرائیڈ اور بیکڈ سمو سے

اجزاء:

میدہ	آدھ کلو	چھ سے آٹھ عدد
نمک	حسب ذائقہ	آدھی گٹھی
سمو	آدھ کلو	دو کھانے کے چمچ
پیاز	ایک عدد درمیانی	دو کھانے کے چمچ
ل. مرچ یا سی ہونی	ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا VTF بنا پتی
		برقی مرچیں
		برادھنیو
		لیمبوں کا رس
		کارن فلاں
		حسب ضرورت

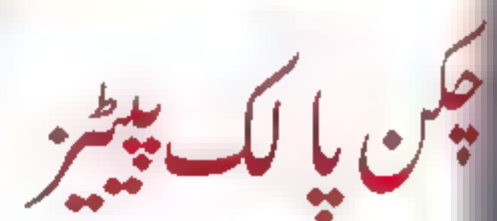
تیاری کا وقت: پچیس سے چالیس منٹ
پکانے کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ
تعداد: دس سے بارہ عدد

ترکیب:

- میدے کو چھان کر اس میں نمک اور ایک چوٹھائی پیاز ڈالڈا VTF بنا پتی ڈال کر اچھی طرح ملائیں پھر تھلے پانی سے گوندھ لیں۔ پندرہ سے بیس منٹ کے سٹے میں کے تیلے کپڑے میں پیٹ کر رکھ دیں
- آموؤں کو آٹا لے کر پھیل کر پیش کر لیں، پیاز کو ہار پیک چوب گرمیں۔ ہری مرچیں اور برادھنیو ہار پیک کاٹ کر رکھ میں
- فرائیڈ چین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF بنا پتی کو گرم کر کے اس میں پیاز کو نرم ہونے تک فرائی کریں
- پھر اس میں آٹا، نمک، ل. مرچیں، ہری مرچیں اور برادھنیو ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور لیموں کا رس ڈال کر چوبلے سے تیار میں اور تھنڈا کرنے رکھ دیں
- گندھے ہوئے آٹے کو تیل کر اس میں کارن فلاں در دو کھانے کے چمچ ڈالڈا VTF بنا پتی کا پیسٹ بنا کر لگائیں اور اس کو رول کر لیں
- پھر دوبارہ سے تیل کر چوکور چوریوں کاٹ میں، ہر چوری کے ایک طرف آٹا کی فلانگ رکھ کر دوسرے کو آٹا کر تھوکنے میں بند کر میں
- سارے سمو سے اسی طرح بنا کر دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ پھر کڑا ہی میں ڈالڈا VTF بنا پتی کو گرم کر کے ان سموں کو سنہری فرائی کر لیں یا اوون کو 180C پر گرم کر کے سموں کو ہینگ ٹرے میں رکھیں دوبارہ سے پندرہ منٹ کے سٹے بیک کر لیں

پریزنٹیشن:

حسب پسند چٹنی یا ٹماٹو کچپ کے ساتھ گرم گرم افطار کے وقت پیش کریں۔



پہ ہوا ہن	چا رہیاں	مہر
کالی مری گدردی پی	حسب ذائقہ	سب
میدہ	دو عدد	افے
مارجرین یا مکھن	دھلی پیوں	الہ VTF ہا ہتی
ٹینگی	فٹنگ کے اجزاء:	
چیز کش کیا ہوا	200 گرم	بائں پلمرڈی کی بوٹیوں
مشروم پارسیکہ کٹے ہوئے	200 گرام	بکسہ
پارسلے پارسیکہ کٹے ہوئے	حسب ذائقہ	کک

ایک گھنٹہ : چار بجے کا وقت :
 ایک گھنٹہ : بیس سے پچیس منٹ
 آدھا دن : دس سے بارہ گھنٹہ

■ **۱۰) VTF** صافتی کو چھینٹ کر فریج میں رکھ کر اچھی طرح ٹھنڈ کر لیں، میدے میں نمک اور نم لال کر سو سے پانی سے گوندھ کر پندرہ سے بیس منٹ کے لئے رکھ دیں

■ گوندھے ہوئے میدے کو ٹہائی میں بیل میں، اس پر خشک میدہ چھڑکیں پھر **۱۱) VTF** صافتی کو پھیلا کر پیسٹ کر دیں۔ تین تہہ کی شکل میں فونڈ کر لیں۔ پد خشک شیٹ میں لپیٹ کر دس منٹ کے لئے فریجز میں رکھ دیں

■ فریجز سے نکال کر خشک میدہ چھڑک کر دو بارہ بیکیں دوائی طرح سے فونڈ کر کے رکھ دیں۔ یہ عمل تین سے چار مرتبہ کریں، یہ پف پیسٹری تیار ہے

■ سے تیل کر حسب پیمانہ شہپا میں کاٹ لیں۔ ایک ٹکڑے پر چکن کی فلیٹنگ رکھیں اور اس پر دو سہرا کھڑے رکھ کر کن روں پر ٹھنڈے کی سفیدی لگا کر دوا کر اچھی طرح بند کر دیں

■ اٹھنے کی زردی کو ہلکا سا پھینٹ کر اوپر سے برش کی مدد سے لگا دیں اور اسی طرح تمام چیمیز بنا کر بیس سے پچیس منٹ کے لئے فریجز میں رکھ دیں تاکہ خستہ بیک ہو

■ اوون کو بیس منٹ پہلے 250°C پر گرم کر کے چکنی کی ہوئی بیکنگ ٹرے میں پیسٹ کو رکھ کر اوون میں پچیس سے تیس منٹ کے لئے پانچھی طرح سنہری ہونے تک بیک کر لیں

پلنگ کو دھمکوا کر ہار یک چوپ گریس ورچن میں درمیان آج پر رکھ کر اس کا اپنا پانی خشک کریں۔ چکن کی بوٹیوں میں نمک، لہسن اور کافی مرچ ڈال کر باں میں۔ میدہ و روغن جریں یا مکھن کو ملکی آج پر خوشبو نے تک بھومیں وراں تھوڑی تھوڑی کر کے بخنی اُل گرو ہاٹ ساس بنائیں۔ چوبے سے تار کر اس میں پامک، چیر، مشرہم، ملی ہوئی چکن و روغن سے ڈال دیں

پریزنٹیشن: یہ خوبصورت انداز میں ہائے گھٹے پتھیر آپ کی عمید ٹرائل کی شان دہا کر دیں گے۔

ڈالڈا کا دسترخوان



عربک فیتاہ

اجزاء:

پکس کا قیر	250 گرم	تازہ سیس	تین کھانے کے چمچ
پیاز بڑے	چار سے پانچ عدد	کالی مرچ پی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
سفید پتے	۱۱ پیال	سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
دہی	آدھا کلو	درمائی پی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
ٹمک	حسب ذائقہ	چھوڑے	حسب پسند
اسن کے جوئے	چار سے چھ عدد	ڈالڈا کوٹنگ آئل	حسب ضرورت

تیرری کا وقت: ایک گھنٹہ

پکالے کا وقت: آدھا گھنٹہ

افرا: چار سے پانچ کے لئے

ترکیب:

- پتنوں کو دھو کر گرم پانی میں بھگو کر رکھیں اور بال کر اچھی طرح گالیں
- پیاز کو فرائننگ بین میں دو کھانے کے چمچ ڈالڈا کوٹنگ آئل میں ٹمک اور کالی مرچ ڈالتے ہوئے قرائی کر لیں
- دہی کو پھیلت کر اس میں کچلا ہوا اسن، ٹمک اور تازہ سیس مد کر رکھ لیں
- پیاز بڑے کو چھوٹے چوکور ٹکڑوں میں کاٹیں اور فرائننگ بین میں دو سے تین کھانے کے چمچ ڈالڈا کوٹنگ آئل ڈال کر سنہرے قرائی کر لیں
- پھر اسی فرائننگ بین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا کوٹنگ آئل ڈال کر اس میں چھوڑوں کو قرائی کر کے نکالیں
- اب ان تمام چیزوں کو پھینک پی ہوئی ڈش میں لگائیں۔ پہلے قرائی کئے ہوئے پیاز بڑے کے ٹکڑے ڈالیں، پھر اس پر آدھے ہوئے پتے ڈال کر اوپر سے دہی کا ساس پھیلا کر ڈالیں
- اس پر بھنا ہوا کٹا ہوا زیرہ اور پی ہوئی دار چینی ڈال کر قرائی کیا ہوا پکن کا قیر ڈالیں اور آخر میں چھوڑے چھڑک دیں

پریزنٹیشن:

اس آسانی سے بننے والی غذائیت سے بھرپور ڈش کی خاص بات یہ ہے کہ یہ یک ہمیں ڈش ہے اسے کھانے کے لئے روٹی یا چاول کا اہتمام نہیں کرنا ہوتا۔



سادہ پلاؤ اور ٹماٹر کی چٹنی

اجزاء:

ایک کھانے کا چمچ	کان مریج گدڑی پس ہوئی	ایک کلو
چار کھانے کے چمچ	دی	تین پیالی
دو عدد درمیانے	ٹماٹر	حسب ذائقہ
ایک عدد درمیانہ	آو	تین کھانے کے چمچ
ایک کھانے کا چمچ	ثابت گرم مصل	تین عدد درمیانے
چار کھانے کے چمچ	ڈالڈا VTF بنا ہوتی	ایک کھانے کا چمچ

پکن
پودن
نک
اور کھانے پہ
پلاؤ
چلی

پس سے بچوس منٹ
پس سے بچوس منٹ
چار سے پانچ کے لئے

تاری کا وقت:
پکانے کا وقت:
الزام

ترکیب:

- پکن کو صاف دھو کر چھتی میں رکھ لیں، دو پیاز کو باریک کاٹ میں
- تین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF بنا ہوتی کو گرم کریں اور اس میں پکن، اور چینی ڈال کر فرنی کریں
- جب پکن کی رنگت سنہری ہوئے لگے تو اس میں چار سے پانچ پیالی پانی ڈال دیں۔ نیز آٹھ پر پال آنے دیں، پھر
- اس میں موٹی کٹی ہوئی پیاز ٹماٹر اور آلو ڈال دیں اور ساتھ ہی تھوڑا سا ثابت گرم مصل ڈال بھی شامل کر دیں
- ہلکی آٹھ پر پکاتے ہوئے جب پکن گلنے پر آجائے تو پوٹیاں نکال میں اور پختی کو اچھی طرح سے چھن میں (اس میں سنہری کی غذائیت اور مزید، رذاائقہ بھی آجائے گا)
- بڑے تین میں ڈالڈا VTF بنا ہوتی کو درمیانے آٹھ پر گرم مصل ڈال کر گرم کریں اور اس میں باریک کٹی ہوئی پیاز کو سنہری طرائی کریں
- پھر اس میں اور کھانے ڈال کر اچھی طرح بھونیں، خوشبو آنے پر اس میں دی، چاول (جس منٹ پہلے بھگو کر رکھے ہوئے) ہلکے اور کالی مریج ڈال کر بھونیں۔ چھن کر رکھی ہوئی چٹنی (چار پیالی) شامل کر دیں
- اچھی طرح ملا کر درمیانے آٹھ پر پکے رکھ دیں، جب پانی خشک ہونے پر آجائے تو چاروں کو لٹ پلٹ کرتے ہوئے ہلکی آٹھ پر دس سے بارہ منٹ کے لئے دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس آسانی سے بنے والے سادہ پلاؤ کو ٹماٹر کی چٹنی چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔
ٹماٹر کی چٹنی بنانے کے لئے چار سے چھ ٹماٹر کو باریک چوب کر کے اس میں ایک ہاریک کی ہوئی پیاز حسب ذائقہ ہلکے، ایک چائے کا چمچ کٹی ہوئی دل مریج و ایک چائے کا چمچ ڈالڈا VTF بنا ہوتی ڈال کر پکے رکھ دیں۔ جب ٹماٹر گلنے پر آجائے تو اس میں ایک چائے کا چمچ بھنا ہوا کھن ہوا زمرہ اور دکھانے کے چمچ سرکہ ڈال کر چوبیس سے اتار لیں۔

دال کا دسترخوان



چکن شعلہ

ترکیب:

- اس ڈش کو بنانے کے لئے سب سے پہلے قورمہ تیار کرنا ہوگا۔ چکن میں تین سے چار کھانے کے چمچ VTH یا پتی کو درمیانی آٹے پر دو سے تین منٹ گرم کریں اور اس میں ورک ہین اور چکن کی پوٹیس ڈس کروڑھنی آٹے پر ڈھک کر پکے رکھ دیں
- اسے اتنی دیر پکائیں کہ چکن کا اپنا پانی خشک ہو جائے۔ پھر رل مرچ، پ، دھنی، ازیرہ، پ، گرم مصالحہ نمک اور تلی ہوئی پیاز کو دی میں ڈال کر ملائیں اور سے چکن میں شامل کریں۔ اچھی طرح ملا کر تلی دیر بھونیں کہ گھی پیچھا ہو جائے
- چاول اور دال کو دھو کر پندرہ سے بیس منٹ کے سے چار پیس گرم پانی میں بھگو دیں۔ پانک کو بلائج کرنے کے سے اس کی گٹھی کھول کر صاف دھوئیں اور پانی میں تین سے چار منٹ ابالیں، پھر پانی میں ڈال دیں۔ چار سے پانچ منٹ کے بعد چھانی میں ڈال کر پانی خشک کریں اور باریک کاٹ میں
- قورمے میں دال، چاول (پانی سمیت)، اور بلائج کی ہوئی پانک ڈال کر ہلکی آٹے پر پکے رکھ دیں
- جب تمام چیزیں اچھی طرح گل جائے تو نمک چھوڑ کر حسب پسند نمک شامل کریں اور اچھی طرح ڈکڑش میں نکال لیں

پریزنٹیشن:

دال VTH یا پتی کو ایک سے دو منٹ گرم کر کے اس میں ایک باریک کٹی ہوئی پیاز، دو سے تین جوئے ہین اور ایک چھوٹا ٹکڑا اورک کو شہرہ فرنی کر کے اوپر سے بھگھا دیں۔

اجزاء:

چکن بشیر بڑی کی ہونیاں	آدھا کلو	ایک کھانے کا چمچ
چاول	ایک پیس	ایک کھانے کا چمچ
مونگ کی دھلی دال	آدھی پیالی	ایک چائے کا چمچ
پانک	آدھا کلو	آدھا چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	ایک پیس
اورک ہین پ ہوا	ایک کھانے کا چمچ	حسب ضرورت
تلی ہوئی پیاز	آدھی پیالی	دلی

تیاری کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ

پکانے کا وقت: ایک گھنٹہ

افراد: چار سے پانچ کے لئے

ڈالڈا کا دسترخوان



خاص قورمہ

اجزاء:

ایک کلو	پتے	آٹھ سے دس عدد
حسب ذائقہ	پا ہوا ناریل	دو کھانے کے چمچ
دو کھانے کے چمچ	پیاز	دو عدد درمیانی
ایک کھانے کا چمچ	دہی	ایک پیالی
ایک کھانے کا چمچ	فریش کریم	آدھی پیالی
آٹھ سے دس عدد	ڈالڈا VTF ہٹتی	آدھی پیالی

ترکیب:

- بادام، پستے اور ناریل کو مل کر پیس میں چکن کو صاف ہو کر چھاتی میں رکھ کر خشک کر دیں۔ پیاز کو باریک کاٹ کر سنہری فراتی کریں
- پیس میں دو کھانے کے چمچ ڈالڈا VTF ہٹتی ڈال کر ثابت گرم مصالحہ ڈال دیں، جب کڑکڑانے لگے تو ایک چمچ اورک ہین ڈال کر ایک دو منٹ فراتی کر لیں
- پھر اس میں پیاز، آدھی پیالی دہی، نمک اور دس مرغ ڈال کر ملائیں۔ چکن ڈال کر دو منٹ پیانی چمچ پر ڈھک دیں یہاں تک کہ گھی عیجہ ہو جائے
- عیجہ سے فریجنگ پیس میں بقیہ ڈالڈا VTF ہٹتی کو گرم کر کے اس میں ایک چمچ اورک ہین کو فراتی کریں، پھر اس میں بادام، پستے اور ناریل کا پیسٹ ڈال دیں
- بقیہ دہی ڈال کر ملائیں اور اس کچھر کو چکن میں شامل کر دیں۔ ڈھک کر ہلکی آگ پر دم پر رکھ دیں
- پیانی خشک ہونے پر فریش کریم ڈال کر ہلکا سا ملائیں اور ڈھک کر ہلکی آگ پر تین سے چار منٹ مزید پکالیں

پریزنٹیشن: گرم گرم ڈش میں نکال کر شیرمال یا تاقن کے ساتھ پیش کریں۔

پندرہ سے بیس منٹ
تیس سے پینتیس منٹ
پانچ سے چھ کے لئے

ڈالڈا کا دسترخوان



بالوشاھی

ترکیب:

- دہی کو ایک بڑے پیالے میں ڈالیں اور اس میں ایک پیانی ڈالڈا VTF، بیلنگ پاؤڈر، بیلنگ سوڈا اور ایک پیان نیم گرم پانی ڈال کر اچھی طرح پھینٹ میں
- پھر اس میں تھوڑا تھوڑا کر کے میدہ ڈال کر اچھی طرح ملا لیں اور ٹھنڈے بننے پانی کا پھینڈ دیتے ہوئے گوندھ لیں
- چھوٹے چھوٹے پیڑے بنائیں اور ان کو دونوں ہاتھوں کے بیچ میں رکھ کر گول کر لیں اور انگلی کی مدد سے ان میں ہلکا سا سوراخ کریں
- ان چیزوں کو ڈھک کر گرم جگہ پر آدھے گھنٹے کے لئے رکھ دیں، پھر ان میں کانٹے کی مدد سے سوراخ کریں تاکہ شیرہ آسانی سے اندر تک جا سکے
- کڑی میں ڈالڈا VTF، پانی، اس کو درمیانی آنچ پر چار سے پانچ منٹ گرم کریں اور بالوشاھی ڈال کر آنچ ملکی کر دیں تاکہ وہ اندر تک پک جائیں (خیال رہے کہ ایک وقت میں اتنی بالوشاھی ڈالیں کہ ان کو پھونسنے کے لئے جگہ رہے)۔ اچھی طرح سنہری فرنی کر کے نکال میں

شیرہ بنانے کے لئے:

- چینی میں پانی ڈال کر اچھی طرح گھول میں اور اسے درمیانی آنچ پر پکھنڈھ دیں، اس سے پارہ منٹ بعد جب شیرہ گاڑھا ہوئے لگے تو چوبیس سے اسی پیان اور اس میں کیوڑہ بنس، مد کرکھ میں
- پیچھر میں ٹھنڈی کی ہوئی بالوشاھی کو رکھ کر اس پر چھج کی مدد سے گرم گرم شیرہ ڈالیں، دو سے تیس منٹ بعد جب وہ جذب ہو جائے تو دوبارہ ڈالیں۔ اسی طرح سے پورا شیرہ ڈال کر اسے ٹھنڈا کرنے رکھ دیں

پریزنٹیشن: خوبصورتی سے سجا کر فطریں یا عید پر مہمانوں کی تواضع کریں۔

اجزاء:

میدہ	آدھا کلو
دہی	آدھی پیالی
بیلنگ پاؤڈر	ایک چائے کا چمچ
بیلنگ سوڈا	آدھا چائے کا چمچ
ڈالڈا VTF	حسب ضرورت

شیرے کے اجزاء:

چینی	آدھا کلو
پانی	ایک پیان
کیوڑہ بنس	دو چائے کے چمچ



پیچ فولز

اجزاء:

ایک پیالہ	تنگ شوگر	چوتھائی کلو گرام پائے
چند قطرے	بادام کا اسنس	ڈیڑھ کھانے کا چمچ
حسب پسند	لیمن فوڈنگ	آدھی پیالہ
حسب پسند	پودینے کے پتے	تین پیالہ

تیار کرنے کا وقت: 10 منٹ
 چھڑا کرنے کا وقت: 10 منٹ
 افران: 10 منٹ

ترکیب:

- جیدائن پاؤڈر کو آدھی پیالہ گرم پانی میں ڈال کر رکھ دیں۔ 10 منٹ کو چھیل کر پھونکے ٹکڑے کاٹ میں
- پیسٹر میں آڑوں اور چھینٹی ڈال کر پیسٹر کر لیں اور پیسٹر میں نکال کر رکھ دیں
- فریش کریم کو پائے سے سڑکے صاف خشک پیسٹر میں نکال کر اس میں آدھا شوگر ڈالیں اور اسے 10 منٹ کے لئے
- فریزر میں رکھ کر ٹھنڈ کر لیں
- فریزر سے نکال کر اس میں اسنس ڈالیں اور اسے الیکٹرک بیٹری مدد سے اچھی طرح گاڑ دیں ہونے تک پیسٹر میں
- پانی میں گھلے ہوئے جیدائن کو آڑوں سے مکچر میں ڈال کر پیسٹر میں پھر اس مکچر کو چھینٹی ہوئی کریم میں ڈالیں اور حسب
- پسند فوڈنگ ڈال کر دیکھیں

پریزنٹیشن:

خوبصورتی سے گلاس میں ڈال کر آڑوں سے ہارک سائز اور پودینے کے پتوں سے سجا کر پیش کریں۔

ڈالڈا کا دسترخوان



کاک ٹیل فرنی

ترکیب:

- چاولوں کو ہو کر آدھے گھٹنہ کے سائے بھونک کر رکھ دیں پھر پھیلا کر خشک کر میں اور صاف گرائنڈر میں پارک میں لیں۔ پھلوں کے چھوٹے ٹکڑے کر کے ٹھنڈے کر رکھ دیں
- دو دھ کوچین میں ڈال کر پالیں اور پال آنے پر آنچ ملکی کر کے سے پندرہ سے بیس منٹ پکے رکھ دیں
- آدھی پیان ٹھنڈے دو دھ کو تھوڑا تھوڑ کر کے پسے ہوئے چاولوں میں ڈالتے ہوئے اس کا پیسٹ بنا لیں
- پیتے ہوئے دو دھ میں چاروں کا پیسٹ ڈالتے جائیں اور گچ چلاتے رہیں تاکہ چوس اچھی طرح مکس ہو جائے
- بیس سے بچیس منٹ پکانے کے بعد اس میں چینی اور کنڈینسڈ ملک ڈال دیں اور ملکی آنچ پر دم پر رکھ دیں
- درمیان میں وقفے وقفے سے گچ چلاتے رہیں تاکہ چین میں چسکنے نہ لگیں، اچھی طرح گاڑھی ہونے پر چوبیس سے اتار میں
- ٹھنڈی ہوئے پراس میں پسے سے ٹھنڈے کئے ہوئے پھل ملا دیں

پریزنٹیشن:

خوبصورت سی چھوٹی پیایوں میں نکال کر دوسرے کئے ہوئے پھلوں سے سجادیں اور ٹھنڈی کر کے خاص موقع پر پرنٹس کی پارٹی میں پیش کریں۔

اجزاء:

دو دھ	ایک میٹر
چاروں	ایک پیان
چینی	آدھی پیان
کنڈینسڈ ملک	ایک پیان
مکس پھل	ایک پیان

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

پکانے کا وقت: ایک گھنٹہ

افراد: چھ سے سات کے لئے

بیکری اور ایگزیکٹو شیف مہدی سے ملے

”ہمارے ریسٹوران پر ریزنٹیشن میں خصوصی مہارت رکھتے ہیں“



پروفیشنل پر یقین رکھتے ہیں۔ اسی طرح ان کے کام میں مہارت بھی آتی ہے۔

”پاکستانی فوڈ چھٹو کے بارے میں کیا رہے دیں گے؟“

”یہ دنیا بھر میں ہوتے ہیں اور ہماری حوام کی بھی ضرورت ہیں۔ خاص کر گھریلو سطح پر پکانے کی سرگرمی اختیار کرنے والی خواتین اپنے معیار میں بہتری لانا چاہیں تو ان کے لئے یہ چیلنج بہت اہمیت رکھتے ہیں۔ پاکستانی چیلنج اگر پروفیشنل سطح کی خدمت حاصل کر لیں تو ناظرین کی بڑی تعداد ان کی پیشہ ورانہ خدمات سے استفادہ کر سکے گی۔“

”اپنی ٹیم کے بارے میں کچھ بتائیں؟“

”میرے ماشاء اللہ چار بچے ہیں اور ابھی زیر تعلیم ہیں اس لئے نہیں کہہ سکتا کہ کون میرا جانشین ہوگا۔ ٹیکم گھریلو خاتون ہیں اور انہیں بھی میرے پروگراموں سے بہت دلچسپی ہے۔ میں خود بھی خاصا ڈویسٹک ہوں۔ چاہتا ہوں کہ فراغت پاتے ہی اپنی ٹیم کے ساتھ وقت گزاروں۔“

”آپ کی عید شہر کا مینو کیا ہوگا؟“

”روایتی ڈشیں ٹیکم ہائیمس کی اور میں اسٹیل چاکلیٹس اور کیک کے علاوہ کچھ نئی ورائٹی کی براؤنیز بیک کروں گا۔“

”اپنی پسندیدہ میرٹھی ڈش بتانا پسند کریں گے؟“

”ہالنگل جیسے فرائزیشن ڈش Tornado with Blue Cheese with Brown Mashroom Sauce بہت پسند ہے جسے میں نے اپنے فرائز کے قیام کے دوران کھا یا اور بتانا سیکھا اور اس کا ڈنڈہ بیک تک نہیں بھوس پیا۔“

میں ہیں، باقی پروڈکشن تو اچھی ہے۔“

”آپ TFD ایکسپلٹس ایوڈ کے جج بھی ہیں۔ کراچی کے ریسٹورانوں کے معیار کو کیا پاتے؟“

”میں نے بطور جج ریسٹورانوں کے معیار کو چاہا اور پرکھا ہے۔ یہ بہت حد تک بہتر کام کر رہے ہیں۔ خاص کر ان کی پرزنتیشن بہت عمدہ ہے۔ یہ بہت پرکشش انداز میں کھانا پیش کرنے کا ہنر رکھتے ہیں۔ مگر مجھے جو ایک کی محسوس ہوتی ہے وہ یہ کہ اگر وہ پورچین کیوزین بنارہے ہیں تو پھر اسے لیوژن کیوں کر رہے ہیں۔ اس طرح ان کے کھانے ڈالنے اور پیشکش میں عمدہ ہونے کے باوجود پورچین کیوزین کے اصل معیار کے مطابق نہیں بنتے۔ یہ پروگرام ایک صحت مند تفریح اور طبی نوعیت کا ہے اور ہر دن ممالک تو فوڈ انڈسٹری میں ایسے مقابلے ہوتے رہتے ہیں۔ اس طرح بہت اچھے ریسٹوران جو عام کلائنٹ کی نظر سے دور ہوتے ہیں ان سے واقفیت ہو جاتی ہے اور باقاعدہ رینٹنگ ہوتی ہے۔ اس طرح صحت مند مقابلے کی ایک لف پیدا ہوتی ہے۔ باقی کاروبار تو چلتا رہتا ہے مگر یہ مقابلے آپس میں تعلقات اور کھانوں کے معیار کو بہتر بنانے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔“

”آپ نے محسوس کیا؟ وہاں فوڈ انڈسٹری میں اب خاص تبدیلیاں اور انقلاب آنے لگے ہیں کھانوں کی ورائٹی بھی بڑھ گئی ہے؟“

”جی ہاں! الحمد للہ پاکستان میں فوڈ انڈسٹری کا مستقبل بہت روشن ہے۔ آپ دیکھ رہی ہوں گی کہ جسے سینے والے اور کھانوں کی تہارت میں دلچسپی رکھنے والے ابھی انڈسٹری میں نئے نئے ٹچس لے کر آ رہے ہیں۔ برگرز سے پزا اور پاستا سے اسٹیکس اور اسی طرح کیکنگ میں بھی نئے ٹچس سامنے آ رہے ہیں اور انہیں بہت پذیرائی مل رہی ہے اس طرح یہ بڑی خوش آئند بات ہے۔“

”PITHM اور COTHM کو کیسے دیکھ رہے ہیں؟“

”دونوں ہی پاکستان کے بہترین کھانوں، ہوٹلنگ اور سیر و سیاحت کو فروغ دینے والے ادارے ہیں۔ یہاں طلباء کے سیکھنے کے لئے بہت صحت افزا ماحول ہے۔ خاص کر نئی ٹیل کے سیکھنے کو بہت کچھ ہے مثلاً وہ جو بین الاقوامی سطح پر اعلیٰ معیار کے کھانے پکانا سیکھنا چاہتے ہیں اور فوڈ انڈسٹری میں

شیف مہدی ایگزیکٹو شیف ہیں اور ایگزیکٹو کی اصطلاح اپنے اندر کیا معنی رکھتی ہے؟ وہ بتاتے ہیں ”ایسا شیف جو پورے کچن کا انچارج ہوتا ہے۔ میں کچن کے بعد بیکری سے وابستہ ہوں۔“ کراچی میں رہنے والی قارئین The Pastry Shop سے واقف ہوں گے۔ شیف مہدی نے پیرس سے واپسی پر اس بیکری کی بانی در کھی تھی۔ ان کی پیشہ ورانہ تربیت پیرس میں ہوئی اور وہاں دوپہ اول کے ہوٹل اور ریسٹوران میں عملی تجربہ حاصل کرنے کے بعد وہ پاکستان لوٹ آئے۔ آپ قارئین نے انہیں مختلف ٹی وی چینلوں پر دیکھا اور جا بجا سراہا۔ بڑی حد تک سادگی سے مشکل یہ در طلب کچن کو بھی جزوی معلومات کے ساتھ آج ان کے ساتھ کھانا منظر و انداز رکھتے ہیں۔ اپنے لئے کھانا پکانا اور ٹیلی ویژن پر دوسروں کے سامنے معمولی اور غیر معمولی باتوں کی تفصیل بتا کر پکانا دونوں مختلف صلاحیتیں ہیں اور یہ کام شیف مہدی جیسے ہنرمند پکانے والے بخوبی جانتے ہیں۔

آپ نے اپنے تعلیمی کیریئر سے متعلق بتایا ”میری ابتدائی تعلیم کا سلسلہ گورنمنٹ اسکول سے شروع ہوا۔ جہاں سے میٹرک کے بعد گورنمنٹ کالج لاہور سے FSC کیا اور پھر B.com کراچی یونیورسٹی سے کیا۔“

”آپ سب سے پہلے کس چیلنج پر آئے؟“

”میں اس سے پہلے بیکری سے وابستہ تھا جب ARY ذوق کی نشریات شروع ہوئیں تو یہاں بلا لیا گیا اور پھر کچے بعد دیگرے ٹیلیو پاکستانی فوڈ چھٹو پر مختلف وقتوں میں کام کیا۔“

”کن کھانوں کی تیار سازی میں آپ کی ذاتی دلچسپی اور مہارت پائی جاتی ہے؟“

”میں ایگزیکٹو شیف ہوں اور یوں تو ٹیمکین کھانوں میں بھی دلچسپی رکھتا ہوں مگر میرے شیپے کھانے زیادہ پسند کیے گئے اور اس طرح یہی شعبہ دسترس کا حامل رہا۔“

”ان دنوں آپ مقامی ٹی وی چیلنج پر ماسٹر شیف (پروگرام) دیکھ رہے ہو کچے کیا اس کے معیار سے مطمئن ہیں؟“

”دیکھتے ابھی تو پاکستان میں اس نوعیت کے پروگراموں کا آغاز ہوا ہے۔ ابھی کچھ وقت تو درکار ہے ان کے مجموعی معیار کے بہتر ہونے کے لئے، ماحولاری کی بات یہ ہے کہ میں ان پروگراموں میں شریک ہونے والے افراد کے کام سے مطمئن نہیں۔ یہ لوگ زیادہ دلچسپی نہیں لے رہے جبکہ یہ کام تو انتھک محنت اور دلوں کا ہوتا ہے یا ممکن ہے کہ ابھی یہ لوگ سیکھنے کے مرحلوں



کوکنگ ٹیچر ثمنہ عبدالواحد سے ملے

یہ اپنی ذات میں انجمن ہیں

کھانا پکانے اور سکھانے میں ماہر ثمنہ آپ میں سے کئی کارکنین کے لئے ایک نیا نام ہو سکتا ہے۔ مگر کراچی کے مقامی دستکاری اور کوکنگ کے ادارے سے دلچسپی رکھنے اور وہاں کھانا پکانا سیکھنے والی خواتین اور بچوں کے لئے آپ جانی پہچانی ہستی ہیں۔ انتہائی سادہ، بے حد پر غلوس اور اپنا ہنر جاننے والی ثمنہ عبدالواحد کا تعارف پڑھئے اور دیکھئے کہ آپ رمضان اور عید سعید پر اپنے ہاں کیسا اہتمام کرنے والی ہیں۔

”محترمہ آپ نے کب اس شعبے میں قدم رکھا؟“

”میں برس پہلے ہا قاعدہ ملازمت کی مگر 2004ء سے اپنے گھر پر ہی کھانا پکانے کی کلاس لیتی تھی۔ میری رہائش پرانے شہر کراچی کی ہے اور ٹاور کے قریب فاطمہ اہدالی کے نام سے سین کیوٹی کا انسٹی ٹیوٹ تھا جہاں سے میں نے سیکھا بھی اور پھر تین برس تک ملازمت بھی کی۔ اس کے بعد مسلم ایڈی ٹیکنیکل انسٹی ٹیوٹ جو کہ رنگوں والا ہے کی ایک ذیلی برانچ تھی وہاں میں دو دنوں سکھاتی رہی۔ مہندی ٹیچر اور کوکنگ ٹیچر کے طور پر 2012ء تک ملازمت کی اور اسی دوران گل رحمتا میں مینٹے میں دو دن کلاس لیتی تھی اب 2013ء سے دھوراجی کے اس مرکز میں کام کر رہی ہوں۔“

”کیا آپ کچھ خاص ڈشز میں اسٹیلٹرز ڈیفینس ہیں یا ہر چیز پکانا سکتی ہیں؟“

”خاص اور عام بھی ہو سکتی ہے چائیز اور پھر پاکستانی کھانوں تک ہر چیز جو سبھی ہے وہ سکھا رہی ہوں۔ اس میں کوئی طے شدہ ضابطہ نہیں۔ پھر یہاں تو ہر دن کے حساب سے کھانوں کی ترتیب ہوتی ہے۔ فوڈ کورٹ کے عنوان سے 10:30 سے 12:30 بجے دوپہر تک کلاس لیتی ہوں اور پھر دن ڈسے کوکنگ کلاسز میں میری مادی ہر مشکل کو آتی ہے جس کا انگریزی اخبار میں اشتہار دیا جاتا ہے۔“

”تو کتنا شوق اور ولولہ نظر آتا ہے جو ان بچیوں میں اور درمیانی عمر کی خواتین کیسی عالہات ہوتی ہیں؟“

”دیکھئے سکھانے والا جتنا ہار یک ہیں ہوگا۔ جتنی دلچسپی اور ولولے سے عالہات کو اپنے ساتھ لے کر چھے گا اتنا ہی شوق ان میں پڑھے گا۔ مجھے تو بڑا

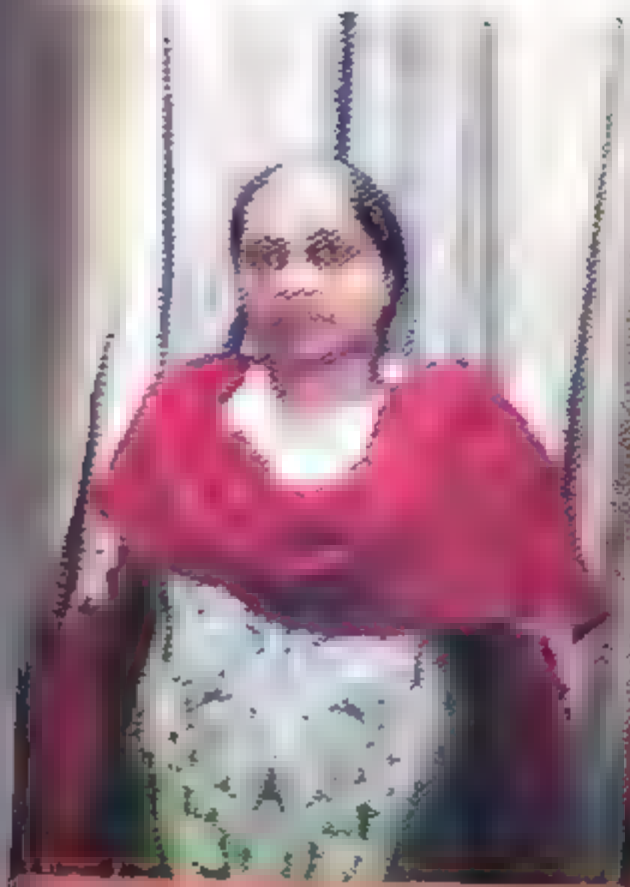
مرا آتا ہے جب ہم پکانے کی غلطیوں پر بات کرتے ہیں یہ مصالحوں کے تقاب کا ذکر کرتے ہیں سرکپ میں تو ہمارے ہاں عالہات اور ان کی ماؤں کی لمبی قدر ہوتی ہے اور میں نے محسوس کیا ہے کہ جو ان لڑکیوں کی نسبت شادی شدہ اور بڑی عمر کی خواتین پکانا سیکھنے میں زیادہ دلچسپی لیتی ہیں۔“

”سرکپ اور رمضان مہارک میں آپ کیا خاص کھانے پکانا سکتی ہیں؟“

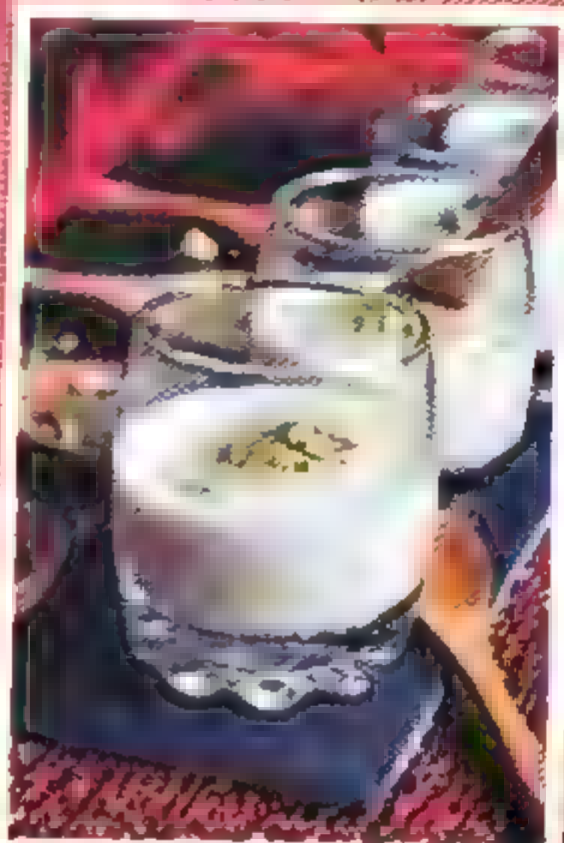
”رمضان میں تو چھٹیاں ہوجاتی ہیں شعبان میں ہم افطاری اور عری کے کھانوں کی ڈشز بنانا سکھاتے ہیں۔ رمضان چلتی رہے میں افطاری کے چھوٹے چاٹ، سموسوں اور عید الفطر کے عنوان سے شیر خورہ سادہ دیگر لوازمات بنانے سکھاتے۔ حال ہی میں کباب آفشل کے نام سے مختلف کبابوں کی تراکیب سکھائیں۔“

”اب آپ مجھے یہ بتائیے کہ اس ہار عید فرائی کیسے اور کن لوازمات کے ساتھ تیار کریں گی؟“

”فرائی کا اہتمام تو عید اور چاند رات سے ایک روز پہلے شروع کر دیتی ہوں۔ عید چھوٹی ہو یا بڑی شیر خورہ اور بولی کباب تو رزی بننے ہیں ہاتی رمضان میں جو چیزیں نہیں آتیں وہ عید پر بنانے کا لطف آتا ہے۔ ہو سکتا ہے اور چائیز میرے گھر میں زیادہ پسند کیا جاتا ہے۔ شہر چائیز جاتے ہیں جبکہ بڑا بیٹا ہو سکتا ہے آٹم اور چھٹا کسی حد تک چھوڑا ہے اسے یعنی ہوئی یا خوب مصالحے والی ڈشز پسند ہیں۔ عید فرائی آٹم، بریانی اور کیک بھی پسند کئے جاتے ہیں۔ صبح عید کا سلام کرنے سے اس کے گھر جاتی ہوں اور شام کو سب بہن بھائیوں کے ساتھ می کے گھر پر ملاقات ہوتی ہے۔ میری تو اب حیات نہیں اس لئے ڈیڑی سے مینے ہر روز جاتی ہوں۔“



”میرے خیال میں تو سادہ طریقہ ہی زیادہ سوزوں ہے کیونکہ روزے رکھنے کے بعد عید الفطر کے روز کھانے کے متنوع لوازمات میں ٹھیک غذا کیسے تو پس بھی شامل ہوتی ہیں اسی پیسے روز ہانے کا امتحان نہ شروع کیا جائے۔ سوچیں کوڈ اللہ VTF جاتی ہیں فرائی کر کے رکھیں۔ دودھ کو طہیر سے گرم کر لیں۔ ہاڈام پستہ یا تاریل مونیا سوٹا کوٹ کر شر کے ساتھ دودھ میں پکایا جائے اور پختی ہوئی لائٹ برائڈن سوچیں کہ پختے ہوئے دودھ میں شامل کر کے ایک اہل دسے دیا جائے۔ چھوٹی لالہ بھی اور چھوٹا روٹ کے ساتھ دھڑلانی بھی شامل کر لیا جائے۔ کئی سادہ طریقہ زیادہ بہتر اور لذت بخش ہوتا ہے۔“



ایک کلو بولی کی فصل میں سٹرا لیں

گوشت کو کا کر تک شامل کریں۔ آدھا گوشت بھی چائے تو پختی ہوئی والی تھار کر شامل کریں اور گھوم پختے کے بعد میں لیں۔ مصالحہ سل سٹے اور لاس دسٹے ہی میں کوٹیں اور اس موٹے موٹے حوالے کے ساتھ بونیاں فرائی کر لیں۔

ایک کلو بولی کی فصل میں سٹرا لیں

ایک پاؤ 10-12 جوسے 12-15 آدھا چائے کا چمچ ہار یک کاٹ لیں حسب ضرورت

ایک کلو بولی کی فصل میں سٹرا لیں

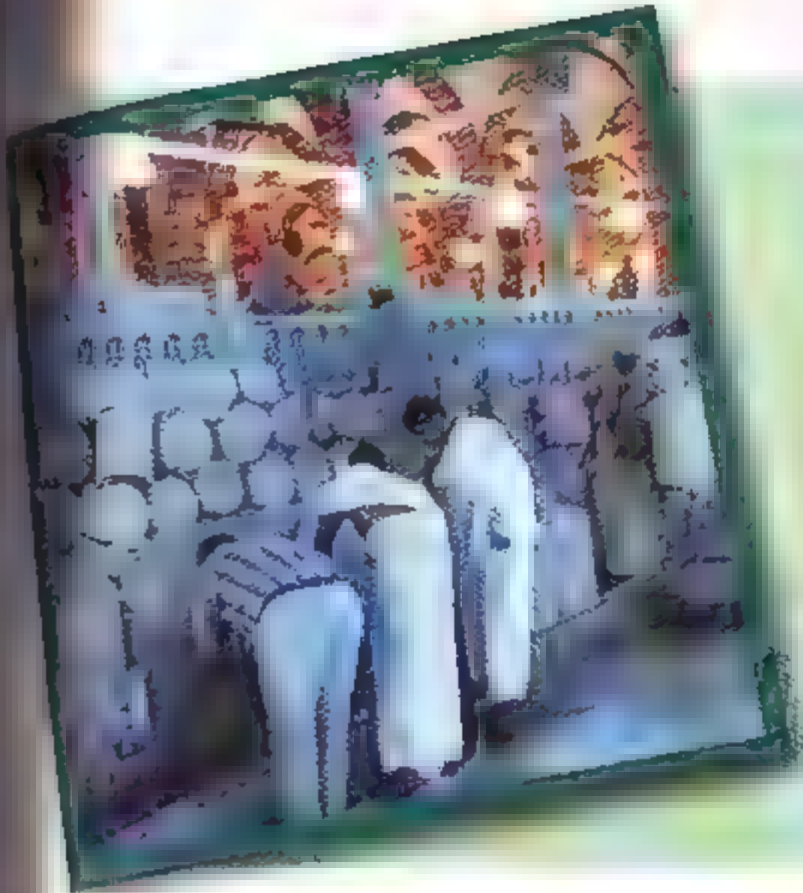
ایک پاؤ 10-12 جوسے 12-15 آدھا چائے کا چمچ ہار یک کاٹ لیں حسب ضرورت

ایک کلو بولی کی فصل میں سٹرا لیں

ایک پاؤ 10-12 جوسے 12-15 آدھا چائے کا چمچ ہار یک کاٹ لیں حسب ضرورت

کچھ مقدس غذائیں

چند نعمتیں خاص



سوڈیم کلورائیڈ

یہ خون کی صفائی، حدت، باختر، پیٹ کے درد، میقان، خون کی کمی میں بے حد مفید ہے۔

کلیشیم کاربونیٹ

ہاضمے کے علاوہ پورین کی صفائی، درد گردہ، مضمضہ، گرمی اور لوکا اثر، ماہانہ ایام کی بے کا حدنگی اور اعصاب کی تکلیف کے لئے اکسیر ہے۔

پوٹاشیم ٹانٹریٹ

قلوں اور لوہے کے اثر کو ختم کرتا ہے۔

پائیلروجن سلفائیڈ

جلدی امراض، زکام، ہیضہ، بواسیر اور جلدوں کے درد کے لئے حد درجہ مفید ہے۔

آب زم زم

یہ جنت کی میوہوں میں سے ایک ہے۔ اس کو ارض پر یہ بہترین اور عمدہ پانی ہے۔ کعبہ شریف سے 15 کلومیٹر کے فاصلے پر جنوب مشرق میں حجر اسود کی سیدھ میں ایک گناں ہے جو ”چاہ زم زم“ کہلاتا ہے۔ اس میں ہے شکر لادنہ مند کی پانی مرکبات پائے جاتے ہیں جن میں مکینیشیم سلفیٹ، سوڈیم سلفیٹ، مکینیشیم کاربونیٹ، سوڈیم کلورائیڈ، پوٹاشیم ٹانٹریٹ اور پائیلروجن سلفائیڈ شامل ہیں جن کے خواص الگ الگ ہیں۔

مکینیشیم سلفیٹ

یہ ایک سمندری نمک ہے جو ہاضمے کے کام آتا ہے۔

سوڈیم سلفیٹ

یہ قبض دور کرنے والا نمک ہے گھٹیا شوگر کی بیماری، پتیش، پتھری گردے کے امراض میں بے حد مفید ہے۔

زیتون اور اس کا تیل

عرب ملک کے علاوہ بحیرہ روم، اوقیانوس اور دنیا کے کئی خطوں میں زیتون کھانوں میں استعمال ہوتا ہے۔ عرب اس پھل کی تاثیر پر عقیدہ نہیں کرتے۔ وہ ناشتے سے لے کر رات کے کھانے تک زیتون کھاتے ہیں اور اس کے تیل میں کھانچاتے ہیں۔

زیتون کا تیل استعمال کرنے والوں میں امراض قلب، ذیابیطس اور موٹاپے کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ زیتون کے تیل کو جو چیز عکلف جاتی ہے وہ یہ ہے کہ اس میں بولی لینولز کی بہتات ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں سچو ریفائنیشن ایسڈز اور وٹامن E کی مقدار بھی زیادہ ہوتی ہے۔

مختلف اقسام کے زیتون کے تیلوں میں ایکسٹر اور جن، پیورا اور ریٹکنڈ کے علاوہ پوٹاشیم شامل ہیں۔ جن کو انجین سے برآمد کر کے ڈالڈانے پاکستان میں متعارف کروایا۔ ایکسٹر اور جن ڈالڈا ایو آئل سدا اور کھانے پکانے میں استعمال ہوتا ہے۔ ڈالڈا پوٹاشیم ایو آئل کو ہیشا کم حرارت پر پکانا مفید ہے۔ دیگر تیلوں کی نسبت ایو آئل ہی بہترین ہے۔

کھجور

شہرست و توانا رہنے کا راز

یہ بہترین دوا بھی ہے۔ ایک کیمپوی جو ہر Inverter ہوتا ہے جو اس کی شوگر کو Fructose میں تبدیل کرتا ہے یعنی یہ 70 فیصدی شوگر پر مشتمل ہوتی ہے۔ کھجور میں پروٹین، چونا، آئرن اور وٹامن بھی کافی مقدار میں ہوتے ہیں۔ کھجور کی غذائیت اس کے ہر سو گرام حصے میں اس طرح ہوتی ہے۔

غذائیت	نمکیات اور وٹامن
فی 15.3%	کلیشیم 120 ملی گرام
پروٹین 2.5%	فاسفورس 50 ملی گرام
روغن 0.4%	لوہ 7.3 ملی گرام
نمکیات 2.1%	وٹامن C 30 گرام
ٹانہ 309%	توانائی 317 کیلوورج
نشاستہ 75.8%	وٹامن B 20 ملی گرام



آج مٹکا قلفی کھاتے ہیں

یہ ہے گرمیوں کی خاص میٹھی تو واضح

قلی قدرتی دودھ کی آشکریم ہوتی ہے۔ آشکریم کا ذائقہ مختلف ہوتا ہے۔ یہ زیادہ تر کریم سے تیار کی جاتی ہے۔ آج مٹکا قلی کا ذکر کرتے ہیں جسے بلاشبہ کھائے جانے والے دینا بہت مشکل ہے۔ ایک منگے والے پیٹھے ہی بڑے اور دوسرے یہ قلی دونوں ہی گرمیوں کے موسم میں خاص ٹریٹ ہوتی ہے۔ دہلی کی یہ سوغات اب بھی پاکستان میں دہلی جامع مسجد کی مشہور مٹکا قلی ہی کہلاتی ہے۔ اسی طرح مدینہ قلی ہاؤس، المدنی قلی ہاؤس اور چوہدری فرزند علی کی قلی، ہر کسی کی اپنی اپنی پسند ہے۔ کراچی کی غریب آباد والی مرکزی شاہراہ جولیاقت آباد اور حسن اسکوائر کو آپس میں ملاتی ہے۔ شام ہوتے ہی چھوٹے چھوٹے کٹوری کے کپین ان قلیوں اور ان کے شائقین کے لئے دیدہ و دل فرس ماہ کر لیتے ہیں۔

رات گئے تک ٹٹ پاتھ کی روٹیاں آئے جانے والوں کو تھیر کرتی ہیں۔ قریب رہنے والے، ذاتی سواروں والے شائقین کھانے کے بعد بیٹھا کھانے نہیں آتے ہیں اور اگر دھوکوں کے بعد میٹھی تو واضح کرنی مقصود ہو تو بھی لوگ جوتی در جوتی نہیں آتے ہیں۔ شادیوں کی تقریبات میں بھی جہاں لب شیریں، گلاب جامن یا کھیر پنش کی جاتی ہے اب بیٹھے میں بھی قلی پیش کی جانے لگی ہے اور شادیوں کا حان کون نہیں جانتا کہ کس قدر اسراف کے بعد بیٹھے پر بھی ہاتھ صاف کرتے ہوئے کھاتی جاتے یا نہ پلیٹ میں لی ضرور جاتی ہے۔ بہر حال موضوع کی طرف آتے ہیں۔



عبدالوحید

دہلی جامع مسجد کی مشہور مٹکا قلی بنانے کی رہنمائی یہ بتاتے ہیں کہ ہم درجہ اولیٰ کا ہالائی والا دودھ اس غرض سے لیتے ہیں اور اسے دھیس آج پر پکاتے رہتے ہیں جب دودھ گاڑھا ہو جائے تو پھر اسے اس شکل میں بنا کر پیوند کرتے ہیں۔ گھروں سے ہم آئیں کہو لے کر آتے ہیں۔ جن میں یہ رات گئے تک محفوظ راقی ہیں۔ ہم تقسیم سے پہلے بھی دہلی کی جامع مسجد کے سامنے قلی ہی کی دکان داری کرتے تھے۔ یہ ہمارا آبائی پیشہ ہے۔ کیا آپ یقین کریں گی کہ کئی نامور آشکریم بنانے والے ہمارے چھوٹی مارا حاصل کرنے کی جھگڑ میں لگے رہے ہیں۔ یہ براہ قلیاں کیا ہماری قلیوں کا مقابلہ کرتیں۔ پیاس بجھانے اور فوری طور پر فرحت کے لئے کھالی تو کھالیں مگر نہ توں جن کا ذائقہ زبان پر تو رہے وہ ہماری مٹکا قلی ہی ہے۔

چوہدری فرزند علی

بھی صدر کا علاقہ کراچی کی بہترین مارکیٹوں میں شمار ہوتا تھا۔ ذرا سب انشاء اس طرح کو انٹرنس اسٹریٹ کہا جاتا اور یہاں جم لی جے اور بیٹریٹین کے سردارہ خلوار کھیں خریدے جاتے، بوہری بازار کی سستی شاپنگ سٹراب بھی لوگ کرتے ہیں آج سے میں برس پہلے تو یہ پردوں، زمانہ اور چمکا نہ کیڑوں، جوتیوں، پونڈیوں اور برتنوں کی مارکیٹ خاص شہرت رکھتی تھی۔ آج کو چھوٹے چھوٹے چارٹ، گیس اور کولڈ ڈرنک یا چوہدری فرزند کی گھنے دار قلو سے والی بڑی اور مٹکا قلی اب بھی اسی جگہ ہی احرام سے دستیاب ہے۔

عبدالوحید صاحب نے فخر یہ بتایا کہ ”چوہدری فرزند علی ہمارے اونہر شاگرد ہیں اسی طرح ملا کھیر قلی والا لاہور کے انارکلی بازار میں کام کر رہے ہیں۔ ہماری تمام نزاکت یکساں ہیں ذائقہ اپنے اپنے ہاتھ اور لوازمات کے توازن کا ہے۔“

غریب آباد کی اس مرکزی شاہراہ پر اشرف قلی ہاؤس اور المدینہ قلی ہاؤس بھی ہیں مگر ہر کسی کا اپنا اپنا ذائقہ ہے۔

سادہ قلی 40 سے 50 روپے میں دستیاب ہو جاتی ہے جبکہ پنے دان قلی کے مزید 10 روپے دوا کر کے پیچھہ 13 کٹھن محسوس کیا جاسکتا ہے۔

قلی پیش کرنے کا صحیح طریقہ

اسٹاک والی قلی تو آپ نے بے دھڑکے دیکھنا اور اس کے کھالی ہوگی مگر ذائقہ بڑھانے کے لئے قلی والوں کے پاس کال شربت کی بوتل ہے جس کے ذریعہ کو کھولنے پھر اس میں چند سو داغ کر دیئے گئے ہیں اس طرح گاڑھا، بیٹھا اور خوش ذائقہ قدرتی پھلوں سے گھید کیا ہوا شربت قلی کی قلیوں پر خوبصورت نقش و نگار ملتا ہے۔ اس کے بعد فالوڈے کو شامل کر دیا جاتا ہے۔ اگر آپ فالوڈے کے بغیر قلی کھانا چاہیں تو وہ بھی حاضر ہے۔ حتیٰ گرمیوں کے جھلساؤ بیٹے والے دنوں کو غرضی خوار واقف کی لڑخت عطا کرنے میں یہاں آپ کی الیکٹرانک مصنوعات ساجھ بھائی ہیں وہیں قلی جیسی غذا بھی پیچھے نہیں رہتی۔

پاکل میں گیت ہیں چھم چھم کے

ان کے آنے کا پتا دیتی ہے پاکل

لو جوان لڑکیاں ایک ہی پاؤں میں چار پانچ قسم کی مختلف پاکلیں پہن رہی ہیں۔ سب سے پہلے پیڑی کیڑ کر لیں، ناخن نکاست سے تراش لیں، اگر آپ کا وزن کم ہو تو سینڈل کے پیروں کی دکشی دو گنا بڑھا دے گی۔ اگر آپ کے پیروں پر دھبے اور نشانات ہوں گے تو زیور کا حسن مانند پڑ جائے گا۔ اگر آپ نے دھول، مٹی، دھوپ اور دیگر پیروں کی چھاریوں سے خود کو محفوظ رکھا ہے تو پاکل ضرور پہنئے۔ ہندوستان سے آنے والی پاکلیں میں چھوٹے چھوٹے تھنکرو لگے ہوتے ہیں آپ چاہیں تو انہیں ٹیبلو کر دالیں تاکہ جھٹکا آپ کے کاموں میں گل نہ ہو۔ اس کے بعد بھی پاکل میں بہت سے گیت ہیں جو جھم جھم کرتے ہیں آپ اور آپ کے ارد گرد بیٹنے والے لوگوں کو مسحور کر دیں گے۔

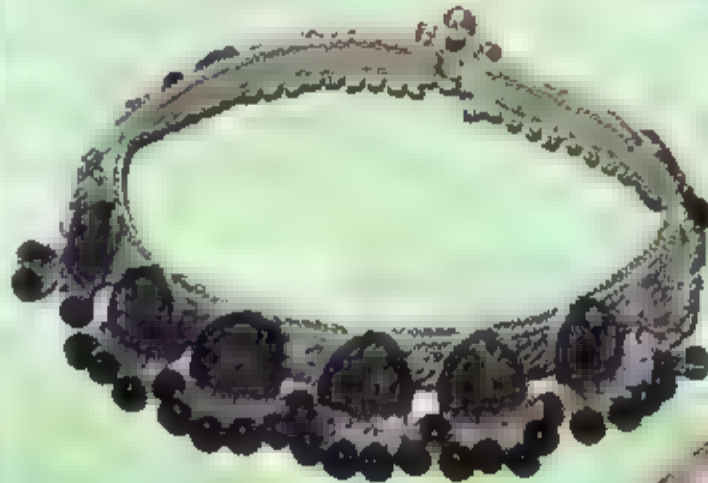
اگر آپ کے ملبوسات پر کام کوئلڈن رنگ کا ہے تو کوئلڈن ورنہ سلور پازیب اور پیروں کی انگلیوں میں پھمیاں جو مندر ویز انگوں کی ہوتی ہیں پہنی جاتی ہیں۔ تصور کیجئے کہ کسی نازک سی خاتون کے پیروں پر دکشی انداز کی ہندی لگی ہو اور پیروں میں پازیب بھی پہن رکھی ہو آپ کے احساس کو کیسے نہ کرن چھو جائے گی۔ ایک رومان پرور احساس اور دکشی سراپے کی کشش آپ کا دل موہ لے گی۔

ہالی وڈ کی معروف ماڈلز فیشن شوز میں ایسے سینڈلز پہن رہی ہیں جن کی ڈیزائننگ کچھ اس انداز میں کی گئی ہے کہ یہ پاکل جیسی شکل کی معلوم ہوتی ہے۔ پاکستان میں بھی جوتوں کی جدید ثقافت متعارف ہوئی اور سادہ ڈھوریوں میں پردے ہوئے ڈنچر نما سی ایک تیل ٹیخوں سے ڈرا اوپر ہانڈمی ہوتی ہے۔ کبھی یہ سینڈل ہی کا حصہ ہوتی ہے۔ چاندی کی پاکل اب بھی زیادہ پسند کی جا رہی ہے۔ لاہور میں

برصغیر ہندو پاک کی خواتین میں پیروں کی زیبائش کے لئے پاکل کا استعمال ہوتا آیا ہے۔ غالباً یہی وجہ ہے کہ اس زیور کی دلچسپ جھٹکار نے شاعروں کو بھی اس کی شان میں قصیدے لکھنے پر مجبور کر دیا۔ زمانہ قدیم میں دلہن کے پیروں میں کھوکھلے موتیوں کی پاکل پہنا دی جاتی تھی تاکہ جب وہ چلے تو چمن چمن کی آواز اس کے آنے کا پتا دیتی رہے۔

ایک دور وہ بھی تھا کہ ہالی خواتین موٹے موٹے کڑوں جیسی پازیب پہن کر چلتی پھرتی تھیں۔ پاکستانی سندھ اور راجستھان میں اب بھی یہ زیور پہنا جاتا ہے۔ ہندوستان میں اس زیور کو پازیب کہا جاتا ہے۔ ایک ڈنچر میں ہمار کی شکل میں چھوٹے چھوٹے سے موتی یا کنڈن لگے زیور خواتین میں پسند کئے جاتے ہیں۔

پہلے پاکل صرف شادی خواہ کی تقریبات میں اسے پہنا جاتا تھا۔ اب خوشیوں کے تہواروں کے علاوہ عام دنوں میں بھی پازیب پہنی جاتی ہے۔ کچھ خواتین پیروں کی انگلیوں میں چھلے بھی پہنتی ہیں۔





”زردوزی“

ہنراک دستکاری کا

جدید ٹیکنالوجی بھی جسے مات نہ دے سکی

تمغہ زام

وہ چیزیں جو انسانی ہاتھوں کی مدد سے تیار کی جاتی ہیں ان چیزوں کو گھریلو دستکاری کہتے ہیں۔ عصر حاضر میں جدید سے جدید ٹیکنالوجی کا انسانی زندگی پر تسلط گہرا ہے مگر اب وہ رہا ہے۔ قدیم زمانے میں خواتین گھروں میں محض سے محض مختلف کڑھائیں کرتی تھیں۔ وہ اس فن میں ہاک تھیں۔ نسل در نسل یہ فن ہم تک پہنچا ہے لیکن اب جدید ٹیکنالوجی کے اس دور میں ایسا لگتا ہے جیسے ہاتھوں کی جگہ مشینوں نے لے لی ہے۔ سب بغیر ہاتھوں کی محنت اور مشقت کے طرح طرح کی مشینیں کڑھائیں سے بنے لباسات بازار میں عام ہیں۔ ان ساری باتوں کے باوجود گھریلو دستکاری پنجاب، سندھ کے بیشتر علاقوں میں باقاعدہ گھریلو صنعت اختیار کر چکی ہے۔



اس فن میں آج بھی مشینی زندگی میں لطیف روح پھونک دی ہے۔ دوسرے لفظوں میں جو لطیف احساس اور ثقافت گھریلو دستکاری میں پوشیدہ ہے وہ مشین کام میں نہیں۔ سادہ سے سادہ وسائل کے ذریعے گھریلو دستکاری انسان کی مہارت، فکر و توانائی کا موجد بنتی ہے۔ اس کے ذریعے کسی بھی معاشرے کے عقائد، آداب، ثقافت، تہذیب و تمدن، رسم و رواج کی جھلک نظر آتی ہے۔ پاکستان کے مختلف

علاقوں میں رہنے والی خواتین اپنے جانے والے لباس اس کی ثقافت کی عکاسی کرتے ہیں۔ پنجاب کی خواتین میں کشمیری کڑھائی، سبکی کڑھائی، کریشا، موٹی ٹانگ، چھل ٹانگ، کاج ٹانگ وغیرہ مشہور ہیں جبکہ سندھ کی خواتین سندھی کڑھائی میں خاص مہارت رکھتی ہیں۔ اس کے علاوہ سندھ و پنجاب میں زردوزی کا کام بے حد مقبول ہے۔ سندھ و پنجاب میں اس کے کئی گھریلو کارخانے ہیں۔ جہاں خواتین لوگوں کے ذوق کے مطابق مختلف کپڑوں پر اپنی مہارت سے کام کرتی ہیں۔ فن زردوزی، آٹھل میں نگیں کے خواب آج بھی زردوزی کے کام کے لئے سب سے پہلے منتخب ذریعہ ان کو برہنہ پیر پٹیل یا چین کی مدد سے اتارا جاتا ہے۔ پھر سوئی کی مدد سے تھوڑے تھوڑے قاصلے پر سوراخ کئے جاتے ہیں۔ اس طریقے کو اسٹینسل (Stencil) کہتے ہیں۔ پھر کپڑے کو لکڑی کے پڑے چمکے یا فریم پر موٹے سوئی دھاگے سے کس کر تان دیا جاتا ہے۔ کپڑا فریم یا ڈالے پر جتنا اچھا کسا جاتا ہے کڑھائی اتنی ہی نیس اور عمدہ ہوتی ہے۔ لہذا اس بات کا خیال رکھا جاتا ہے کہ ڈالے پر کپڑا ڈھیلا، حالات صورت کام میں نفاس نہیں آتی۔ اس کے بعد کپڑے کے اوپر پٹر پٹر ذریعہ ان والا رکھا جاتا ہے۔ ذریعہ ان والا حصہ نیچے ہوتا ہے اور اس کے اوپر سفید پاؤں جو کہ مٹی کے تھل اور چمک کا کچر ہوتا ہے اس پر پھیرا جاتا ہے۔ اس عمل کے بعد کپڑے پر پٹر پٹر کاغذ آ جاتا ہے۔ اب کپڑے پر آگے اس نقش پر زردوزی کا کام کیا جاتا ہے۔

زردوزی کے کام کے لئے مختلف نمبروں کی سوئیاں استعمال کی جاتی ہیں۔ موٹی، کھول اور سلی ٹانگے کی سوئیاں الگ الگ ہوتی ہیں۔ زردوزی کا کام کرنے کے لئے جو سوئی استعمال کی جاتی ہے اس کی خاصیت یہ ہے کہ وہ ٹوک کی طرف سے آگے سے مڑی ہوتی ہے۔ زردوزی کے سامان میں سلی، ستارہ، کورا، دیکا خاص طور پر قابل ذکر ہیں جو تانبے کے تار سے بنے اسپرنگ ہوتے ہیں۔ ان اسپرنگ پر سنہری اور سلیٹی رنگ کی پتھلدار پاش بھی کی جاتی ہے۔ اس پاش کو کرنے کی اہم وجہ یہ ہے کہ اس عمل سے کپڑے پر کیا کام برسوں تک کالا نہیں ہوتا۔ سستے تاروں پر سٹیکل پاش کی جاتی ہے اور مہنگے تاروں پر ڈبل پاش کی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ستارے، موٹی، گلینے، پلاسٹک سے بنے ہوئے پھول اور پتیاں، تانبے، چٹیل اور سلور دھات کی پھول پتیاں بھی استعمال کی جاتی ہیں۔ تانبے، پٹیل اور سلور دھات کی پھول پتیاں نیکل کی شکل میں جارجٹ اور

چائنا کرکل کے کپڑے پر استعمال کی جاتی ہیں۔ یہ کام لمبیک، درک، کھلاتا ہے۔ جو شادی میاہ کے جوڑوں کے علاوہ عید تہواروں کے موقع پر بنایا جاتا ہے اور اس کام کے ساتھ ساتھ لباس کی تراش خراش میں بھی چاہیں تبدیلی کر سکتی ہیں۔ نفاس سے بنے کام کو ہر محفل میں سراہا جاتا ہے۔



دوران حمل روزہ؟

ماں بننے والی خواتین
روزہ رکھیں یا نہ رکھیں؟

یہ وہ سوال ہے جو ہر سال نئی ماں بننے والی خواتین کے ذہن میں بھی اٹھتا ہے اور خاندان کے افراد بھی شش و پنج میں پڑ جاتے ہیں اگرچہ اسلامی تعلیمات کی رو سے انہیں روزہ رکھنے کا پابند نہیں کیا گیا چنانچہ وہ بعد میں ان روزوں کی تقاضا بھی کر سکتی ہیں۔ تاہم اگر کوئی خاتون یہ سمجھتی ہے کہ وہ روزہ رکھ سکتی ہیں اور اس کے دل میں روزہ رکھنے کی شدید تڑپ بھی رکھتی ہے تو وہ روزہ رکھنے کی ہمت کر سکتی ہیں۔

طبی نقطہ نظر سے ڈاکٹر ز اور ماہرین غذائیت کا خیال ہے کہ روزہ رکھنے کے بے شمار جسمانی فوائد ہیں۔ روزے کی حاست میں جسم کی غیر ضروری چربی اور اضافی حرارے استعماں ہو جاتے ہیں جس کی وجہ سے جسم بہت سی بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔

اگر آپ ماں بننے والی ہیں تو فرض روزے رکھ سکتی ہیں تاہم بچی کا ناکا کو جو جسٹ سے مشورہ بہت ضروری ہے۔ کراچی کے آغا خان یونیورسٹی اسپتال کے زچگی کے، ہرین بھی اسی رائے کو تسلیم کرتے ہیں۔

جدہ کے اسپتال کے شعبہ امراض نسوان میں خدمات انجام دینے والی گائناکولوجسٹ ڈاکٹر سمیعہ نے سعودی عرب سے شائع ہونے والے ایک انگریزی روزنامے کو انٹرویو میں بتایا کہ ”روزے سے شکم اور میں پرورش پانے والے بچے کی نشوونما پر اگرچہ کوئی منفی اثر نہیں پڑتا تاہم اگر ماں کمزور ہے یا اس میں برداشت کی قوت بھی نہیں تو پھر اسے ہر روزہ اور کھانا ادا کرنا چاہئے۔ ابتداء میں ہی اگر کمزوریوں پر قابو پالیا جائے اور ڈاکٹر سے مشورہ جاری رکھی جائے تو عمومی اور زچگی کی صحت کا علم رہتا ہے۔ اسی طرح ہر ماہ معائنہ لازمی ہے۔ اس طرح بچے کی نشوونما کی رفتار کا جائزہ لیا جاسکتا ہے۔ خاتون کے وزن پر بھی نظر رکھی جاسکتی ہے اور اگر کوئی بچہ بچی سامنے نہ آئے تو روزہ رکھنے کی اجازت دی جاسکتی ہے۔

ڈاکٹر سمیعہ نے کہا کہ ”حمل کے ابتدائی 3 ماہ روزہ رکھنے کے حوالے سے قدرے سخت ہو سکتے ہیں کیونکہ ان دنوں خواتین میں بارتھ سبک تیس زیادہ ہوتی ہے صبح کے وقت تلی بھی ہوتی ہے اور کھاتے پینے سے رعبت بھی محسوس ہوتی ہے۔ انٹرویو جاری رکھیں تو دن بھر میں ان کی طبیعت بگڑ سکتی ہے اگر ایسی خواتین یہ دورانیہ گزرتیں یا مگر ایک دن چھوڑ کے ایک دن روزہ رکھ سکیں تو رکھ لیں۔“

اس سوال کے جواب میں کیا ”نازک انعام اور ولی پٹیل خواتین کو زچگی کے دوران روزہ رکھنا تکلیف دہ عمل ہوتا ہے یا نہیں خواتین کے لئے یہ سب تو آسان کام ہے؟“ جواباً وہ کہتی ہیں ”نازک انعام اگر فکھت کا شکار ہوں۔ ان کی عمومی صحت خراب ہو تو مسئلہ ہو سکتا ہے۔ مگر بہہ یا باطن ہر تندرست نظر آتے والی خواتین کو اگر ہائی بلڈ پریشر کی شکایت ہو تو، یا جن خواتین کے خون میں ایسوجلوہیٹن کی سطح کم رہتی ہے یا جنہیں مرگی کے دورے پڑتے ہیں ایسی خواتین بھی روزہ نہ رکھیں۔ یہ میرا پر غلوں مشورہ ہے۔ اسی طرح جن خواتین کو ہا قاعدگی سے انسوئین اور دھاسن کے انجکشن لگانے کی ضرورت پڑتی ہے انہیں بھی روزے سے گری گرنے کا مشورہ دوں گی۔“

”آپ خاص کر ان خواتین کو سحری اور افطاری میں کبھی قدر لینے کا مشورہ دیتی ہیں؟“

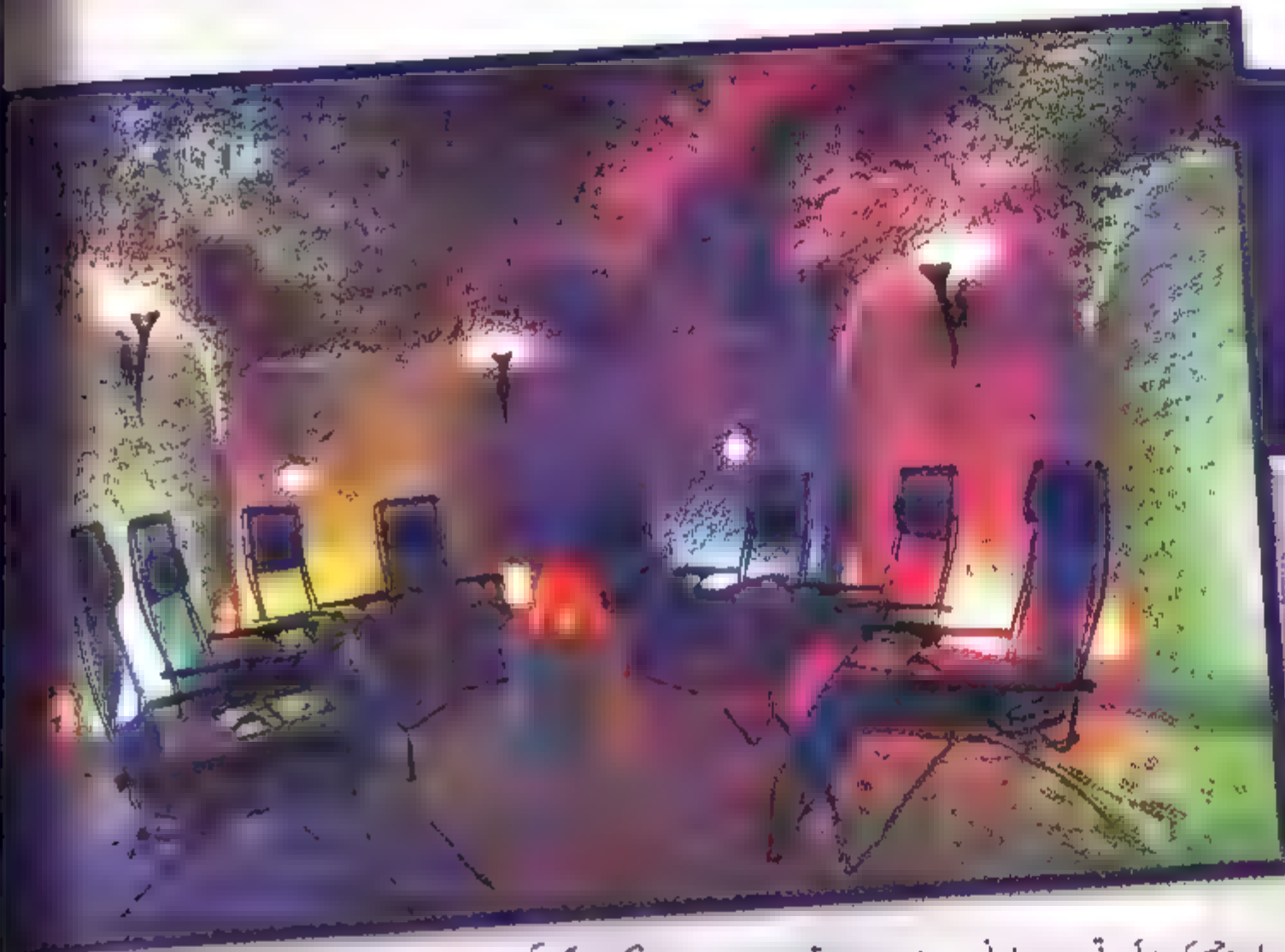
”ہاں تو ہر شخص کو گریسوں کے روزوں میں پانی کی زیادہ مقدار استعمال کرنی چاہئے لیکن خاص طور پر ماں بننے والی خواتین کو رات بھر میں وقفے وقفے سے



ڈھائی لیٹر تک پانی پینا چاہئے تاکہ فزیشنم کرنے کے نظام اور اس سے متعلق اعضاء سے قاسمہ دوں کا اخراج ممکن ہو سکے انہوں نے کہا کہ عام دنوں کی طرح انہیں رمضان میں بھی مرغین اور مصالحے دار غذاؤں سے پرہیز کرنا چاہئے۔

پاکستانی گھر میں مصالحے دار چائے، اور پکڑوں، سمسوں سے پرہیز نہیں کیا جاتا۔

امراض نسوان اور زچگی کے امور کی ماہر محترمہ سمیعہ نے گفتگو جاری رکھتے ہوئے کہا کہ ”ایسی 3 خواتین روزے نہ رکھیں اول وہ جو جڑوں بچے کی ولادت سے قریب ہوں، ثانی الا وقت ولادت کا امکان ہو، شدید قسم کی بارتھ سبک تیس لاحق ہو تو بچائی کا دھندل ہو جانے یا دل کی دھڑکن کی رفتار بڑھ جانے جیسی علامات ظاہر ہونے لگیں یا Urine کی تالی میں تکلیف ہو تو فوراً روزہ توڑ دیا جائے یا مگر روزہ سترے سے رکھ لیں نہ جانے اور بعد میں قصہ کر لی جائے۔“



چلے نمکین اسپا نمک کے شفا فی غار

جہاں پرانے امراض 4 روز میں شدت کو پہنچتے ہیں

آپ نے SPA کا نام تو سنا ہوگا یہ رہائی دہنی ہار کی خدمات سے کی جیسے ہاتھ دھوئیں اور خدمات پیش کرتا ہے۔ کی جدید اعمال کے سانچ، آجہدیک طریقہ علاج سے جلد پر گھسار، مسکن، استعمال اور اس قدر کی دیکھ کر سنے کے انداز یہاں اپنائے جاتے ہیں آج ہم آپ کو لاہور میں نمک کے Spa کی سیر کراتے ہیں جو برصغیر میں اپنی نوعیت کا پہلا مصنوعی غار ہے جسے ذرا کم جلدی امراض اور سب خرابی کے مریضوں کا شفا خانہ کہا جا رہا ہے۔

یورپ، امریکہ کی کئی ریاستوں اور فوجی ملکوں میں نمک سے بنے ہوئے کمرے یا انسانی ساختہ نمک کے غار عام ہوتے جا رہے ہیں۔ یہ نمکین کمرے یا غار صحت و تندرستی کو بہتر کرنے کے لئے بنائے جاتے ہیں اور بہتر ہی اس وقت آتی ہے جب لوگ کچھ دیر تک یہاں رہ سکتے ہیں اور سانس کے ذریعے نمک کے تھلی ہر ایک درخت بھیچروں میں داخل ہوتے ہیں اس



طرح جسم کی صفائی ہوتی ہے پور انسانی وجود لئے سرے سے تو ناہو پاتا ہے۔

تاریخی حوالہ

نمک کے غاروں کے ذریعے علاج کی ابتداء 19 ویں صدی عیسویں میں پہلی لیتھ میں ہوئی جہاں ایک معالج نے عیسویں کیا کہ نمک کی کان میں کام کرنے والے افراد کو ذرا دیر اور دیکھ کر امراض جو مارا حق نہیں ہوتے اس کا مطلب ہے کہ اس کام میں ان کی قوت مدافعت عام لوگوں سے بہتر کام کرتی ہے۔ اس کی طبی وجہ یہ معلوم ہوئی کہ نمک سے ہرگز ہوا قدرتی جراثیم کش وسیع کے طور پر کام کرتی ہے اور جسم کی اندرونی آلائشوں کو ہر نکال دیتی ہے جس سے صحت بہتر رہتی ہے۔ یہ پاکستانی Salt Cave Spa، جو کے حد تک گھر گھر ویش بنایا گیا ہے یہ مصنوعی غار امریکی ادارے فوڈ اینڈ ڈرگ ریگولیشن (FDA) سے منظور شدہ معدنی نمک سے تعمیر کیا گیا ہے اس SPA کا فرش بھی نمک سے تیار کیا گیا ہے یہاں ہرلو جزیئر کی مدد سے نمک کا چھائی ہر ایک اوقات میں چھڑک دیا جاتا ہے جو پھر ہر نظر نہیں آتا پھر انہیں منتشر کر دیا جاتا ہے۔ نمک کے سبکی ہر ایک اوقات علاج کے سلسلے کی ہم کڑی ہے۔ یہ اوقات سانس کے راستے بھیچروں میں اثر کرداران خون میں شامل ہوتے ہیں اور جراثیم کا مقابلہ کرتے ہیں جو متعدد الرجی، دماغ Sinus اور کھل مہ سوں کا سبب بنتے ہیں۔

دیگر طبی مسائل جن میں پرانی روکائش، نفل، نزلہ زکام، سنے میں طبی مواد کا بھر جانا، آئیز، کانوں کا انفیکشن، خون کی کمی (انجیلا) اور سب خرابی شامل ہیں نمک سے بھیچروں کے ہوائی راستوں تک پانی کے اخراج میں مدد ملتی ہے۔ اس سے بلغم پٹا ہوتا ہے اور ہر ایک رووؤں یعنی Cilia کی کارکردگی بہتر ہوتی ہے اور وہ بھیچروں سے بلغم کو باہر نکالنے کا کام زیادہ بہتر طریقے سے کر سکتی ہیں۔ مختصر مدد صحت تقویٰ اس SPA کے تعلقات عامہ کی ذرا بھر بیشتر سے انہوں نے گفتگو میں بتایا "آج ہم جس آلودہ ماحول میں رہ رہے ہیں اس کی وجہ سے الرجی کی شکایتیں بڑھتی جا رہی ہیں ہم آسٹریا سے مخصوص قسم کا

نمک درآمد کر رہے ہیں جو

سانس کے راستے جسم میں اتارنے چاہئے کے قابل ہے۔ ہماری مشینیں اس نمک کو جارات میں تبدیل کر کے ہوا میں تبدیل کرتی ہیں۔ میں اپنی مثال پیش کرتی ہوں کہ مجھے کھانسی کی پرانی شکایت تھی لیکن جب سے میں نے اسپا کے لئے کام کرنا اور یہاں ٹھہرنا شروع کیا اور یہاں موجود بخارات میں سانس لینے سے کھانسی کی تکلیف میں نمایاں حد تک کمی محسوس کر رہی ہوں۔" Salt Cave Spa کے روح رواں صبرہ منظور صاحب کے مطابق "یہ دنیا کا دوسرا ایسا انسانی ساختہ نمک کا غار ہے" انہوں نے کہا کہ نمک کھانے سے نقصان ہو سکتا ہے لیکن یہ روٹی استعمال ہے حد مفید ہے۔ اس میں جراثیم کش اور باقی سوزش خصوصیات پائی جاتی ہیں۔ یہاں ہم نے بچوں کے لئے چھوٹا غار اور بچپن کی جگہ بنائی ہے جو بچے نظام نگہ کی غراہوں کا شکار ہیں وہ یہاں آتے ہیں اور 6 سے 12 سال کی عمر تک بچے جو اڑتی کا شکار ہوں وہ بھی یہاں سے شفا پاتے ہیں۔" حسن دوکشی کے افسانے میں اس SPA کا کیا کردار ہے؟ اس سوال کے جواب میں انہوں نے کہا "یہاں تھوڑی دیر قیوم سے بوئی آنت (قولون) کی صفائی میں مدد ملنا شروع ہو جاتی ہے اس طرح جلد چمکدار اور تازہ اور گھبرائی جاتی ہے تاہم اپنے مہمانوں کو یہ مشورہ دیتے ہیں کہ آپ چار روز کے سیشن مکمل کر کے نتائج دیکھیں اور پھر اپنی ضرورت اور ڈاکٹر کے مشورے سے کچھ وقت دینی۔" واضح رہے کہ پھر ہر ایک قریب واقع نمک کی کان میں بھی ایسا اسپتال بنایا گیا ہے جہاں سانس کے مریضوں کا علاج کیا جاتا ہے۔ لاہور کے اس جدید اسپا کے ذریعے کے مطابق ہر کھار کی اس نمک کی کان میں جہاں اسپتال ہے وہاں موجود نمک بخارات میں تبدیل ہو کر تقریباً ختم ہو چکا ہے اس لئے وہاں علاج کے لئے آئے والوں کو خاص وقت گزارنا پڑتا ہے۔ اس نے اسپا میں بیٹھائیں، بیٹھائیں منٹ پر محیط تین سیشن کے ذریعے وہی نتائج حاصل ہو سکتے ہیں جو گھنٹہ کی کان میں 11/3 کے علاج سے ملتے ہیں۔



اسکرین بیوٹی، صلاحیت بھرا چہرہ مول شیخ

وہ اسکرین بیوٹی تو ہے مگر اصل زندگی میں زیادہ پرکشش نظر آتی ہے۔ گندی رنگ، چمکے نقوش، بوٹا سا قد، شانوں تک تراشے ہوئے ہال جنہیں اس نے لہریے دار انداز میں ترشایا تھا۔ سادہ، سوتی لباس اور نیچرل میک اپ میں مول شیخ واقعی منفرد، ہادقا اور پیاری لگتی ہے۔ اس کی والدہ زینت منگھی بھی جاوید شیخ سے شادی سے پہلے ایسی ہی خوبصورت ہوا کرتی تھی۔ زینت اب تو عرصہ ہوا ماڈلنگ چھوڑ چکی ہیں مگر جاوید اب بھی یہی کام کر رہے ہیں کہ وہ بھی اداکاری ہی کے لئے موزوں شخصیت ہیں۔

ریٹیز ہو جائے مگر بھی شان جیسے باصلاحیت اداکار کے مقابل کام کرنا ہرگز آسان نہ تھا۔ کیونکہ فلم دیکھنا اور فلم میں اداکاری کرنا دو بیکس مختلف کام ہیں۔ میں شان کا ہاتھ تھمتے ہوئے قہر قہر کا پی ج رہی تھی پتا نہیں لوگ کیسے اعتماد سے رومانوی سین کر لیتے ہیں۔

”ناج میں اپنے کردار سے متعلق کچھ بتاؤ؟“

”تھوڑا سا تجسس ہتی رہنے دیں۔ اچھا رول ہے جواب تک میں نے فی وی نہیں کیا۔ فلم ریٹیز ہوگی تو آپ لوگ مجھے اور بھی چاہیں گے۔“

”کیسے کردار کرنے کی تمنا ہے؟“

”آج کل میں مٹی کردار ادا کرنے کی سوچ رہی ہوں۔ یہ کرو، راپنے اندر بڑی جامعیت، کشش اور پرفارمنس کی گنجائش رکھتے ہیں یا یوں سمجھ لیں کہ میں روتے روتے رلاتے ہوئے اب تھکنے لگی ہوں۔ اس لئے تھوڑا سا موڈ تبدیل کرنے کی سوچ رہی ہوں دیکھئے کہ اس نئے موڈ میں ناظرین مجھے سراہتے ہیں یا نہیں۔ دراصل میں کوشش کر رہی ہوں کہ ورلڈ کل اداکارہ کہوں۔ آئندہ فلم کے سنے بھی میری ترجیح ایسے کردار ہوں گے جو مجھے پسند آئیں گے یا جو میری پسندیدگی کا گراف بڑھا سکیں۔ اتنا کام کرنے یا اداکاروں کے خاندان سے تعلق رکھنے کے بعد میرا حق تو بنتا ہے۔“

کیا۔ میں اس نتیجے پر پہنچی ہوں کہ اصل میں گھر خلی ڈیوٹی مانگتا ہے لہذا جب تک فیملی آگے نہیں بڑھتی میں ڈرامہ اور فلم کر رہی ہوں۔ مجھے شوہر کی غم سپورٹ ہے۔“

”نا ہے جاوید شیخ بچوں کے لئے شوہر ورلڈ کو مناسب نہیں سمجھتے؟“

”ہر اداکار اسی طرح سوچتا ہے۔ کام اور تفریحات میں تو فرق ہونا چاہئے۔ یہ کام سنجیدگی سے کرنے والا اور قصی جھلی ہے۔ میرے خاندان کے کئی افراد مثلاً چچی، ابو، پھوپھ جان اور اب میرے کزن شہروز اور بھائی بھی اس فیلڈ میں ہیں۔ کن سے ملتا ہے کیا بات کرنی ہے؟ کون کیسی مہارت رکھتا ہے یا کون وقت ضائع کرتا ہے؟ سب کچھ پتا رہتا ہے۔ خاتون آرٹسٹ اپنی عزت اور مرتبے کا یقین خود اپنے رویے سے کر سکتی ہے کوئی کسی کو بے وقوف نہیں بنا سکتا۔ اگر آپ ہر کسی پر اعتماد کر لیں گی تو یہ دنیا ہے تو دھوکے ہاروں ہی کی، وہ تو اپنا کھیل جاری رکھیں گے۔ پھر بھی میں کہوں گی کہ اب پڑھے لکھے اچھے گھروں کے لڑکے لڑکیاں آ رہے ہیں۔ پروفیشن اسٹاف ہماری بہت عزت کرتا ہے۔“

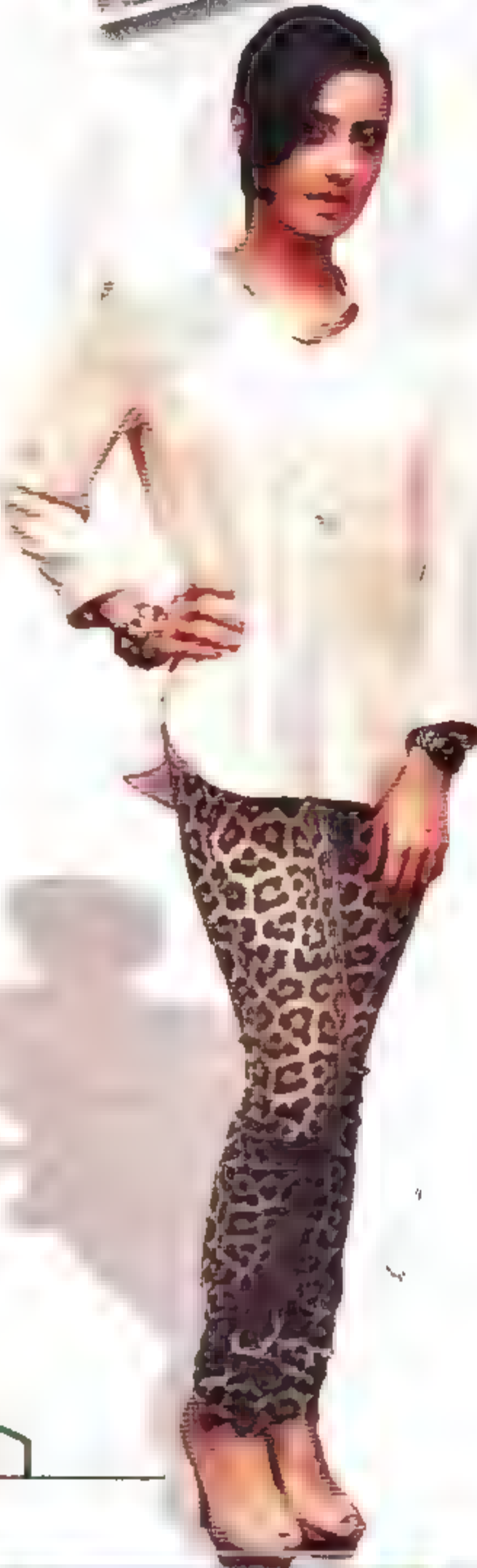
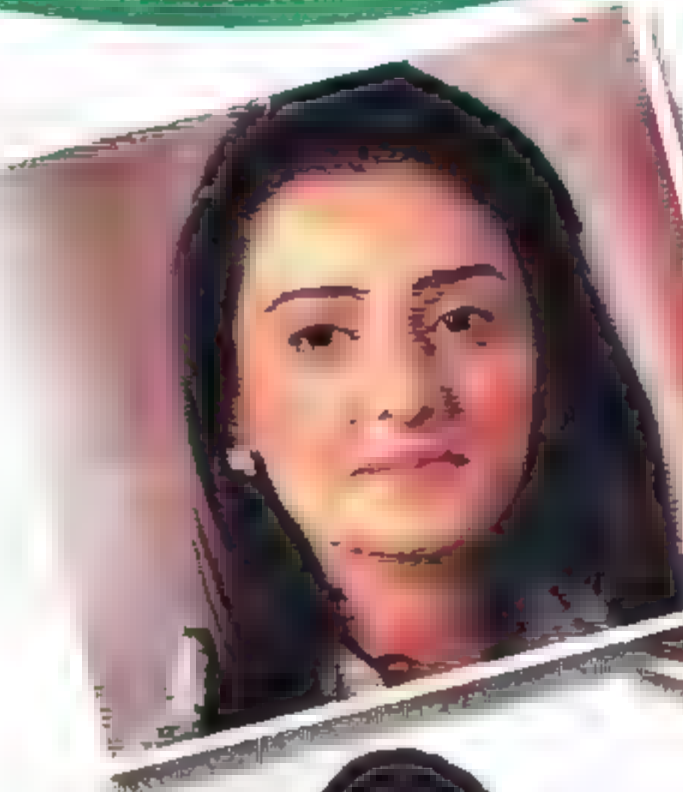
”آنے والی فلم کے بارے میں کچھ بتاؤ؟“

”یہ میرے لئے کسی ایڈوجر سے کم نہیں تھا۔ یہ فلم ”ناج“ ممکن ہے جلد ہی

نئی دیرن سے شہرت پانے والی مول ان دنوں لی وو کی فلم کی عکسندی میں حصہ لے رہی ہیں اور آپ انہیں مقامی چینل کے مارٹک شو میں بھی دیکھ رہے ہیں۔ مول اداکار جاوید شیخ، ورزینت منگھی کی صاحبزادی ہیں۔ زینت کی دہائی میں ٹی وی کمرشلز کرتی رہی ہیں۔ جاوید شیخ پاکستانی فلم انڈسٹری کے نامور اداکار ہی نہیں ہدایت کار بھی رہے ہیں۔ انہیں پڑوسی ملک کے بڑے سینرز کے ساتھ کام کرنے کا موقع ملا۔ آج کل یہ خود بھی ڈرامہ انڈسٹری سے وابستہ ہیں۔ جب جب مول کا ذکر ہوگا جاوید صاحب کا ذکر بھی ہوگا۔

”مول تم تو فیملی بنائی آرٹسٹ ہو مگر سے یقیناً Support تو ملی ہوگی؟“

”ہر کوئی مجھ سے پہلا سوال یہی کرتا ہے۔ کچ تو یہ ہے کہ بڑے آرٹسٹ کی اونا ہونا کوئی معنی کم ہی رکھتا ہے جب تک کہ آپ انفرادی کارکردگی کا اچھا مظاہرہ نہ کریں۔ یہ پڑوسی ملک میں ہوتا ہے کہ آرٹسٹ اپنی اولاد کو فیلڈ میں متعارف کرانے کے لئے فلم میں پسند لگاتے ہیں اور بچے کو پہلی فلم گھری سے ملتی ہے۔ پاکستان میں ویسا کچھ ہی نہیں۔ ابوائی نے مجھے شادی سے پہلے، اس فیلڈ میں نہیں آنے دیا اور شادی بھی اس شرط پر نہیں کی کہ شوہر کام کی اجازت دیں گے۔ اب اداکاری کے جراثیم تو تھے ناں اس لئے تھوڑا گھر اور تھوڑا بہت کام ساتھ ساتھ شروع



”پسندیدہ اسٹائل آن ٹیکون؟“

”یانی علی، کاشیہ عمر اور آمنہ شیخ“

”اور تمہارا اپنا اسٹائل کیا کہلاتا ہے؟“

”سادگی اور صرف سادگی۔“

”کیا پڑوسی ملک جاؤ گی اگر اچھا کردار مل رہا ہو؟“

”یہ تو بہت آگے کی بات ہے ابھی یہ نہیں کہہ سکتی لیکن ہر حال میں یا ہر قیمت پر تو پڑوسی ملک نہیں جایا جاسکتا اور یہاں بھی ظلم سوچ سمجھ کر سائن کر دے گی جیسے اب تک ٹیلی ویژن کا سیریل اسکرپٹ اور ٹیم کو دیکھ کر ہی کرتی رہی ہوں۔“

”کوئی ایسی عین شخصیتیں جن کے بغیر دنیا ادھوری لگے؟“

”میری امی ہی ایسی شخصیت ہو سکتی ہیں۔“

”پسندیدہ فلم؟“

”دل والے دہنیہ لے جائیں گے۔“

”کب خود کو اکیلا تصور کرتی ہیں؟“

”جب اپنے میاں صاحب سے دور ہوتی ہوں۔“

”پسندیدہ ملک؟“

”ہر وہ جگہ جہاں ساحلی عداۃ، لطیف ہوشلا سری لکا، تھائی لینڈ، ہالی وڈ اور اپنا

ہاؤس ہے۔“

”کس بات سے نفرت ہے؟“

”جھوٹ اور مبالغہ رانی ہے۔“

”پاکستان کو کیا پایا؟“

”اپنا وطن دیس ہے۔ یہ ہے تو ہم ہیں اور جب کبھی باہر جاؤں تو وہاں سے

زیادہ عرصہ نہیں ٹھہر سکتی۔“

”حال ہی میں تم نے مارننگ شو بھی کیا یہ تجربہ کیسا رہا؟“

”شو بڑی اس دنیا میں کام جانے کی لگن رکھنے والوں کے لئے بڑی وسعت ہے۔ میں نے بھی اس تجربہ کو سب سے کچھ موتی چنے کی کوشش کی۔ میں ٹائپ کاسٹ نہیں بننا چاہتی اس لئے خود اپنے آپ کو دریافت کرنے کی کوشش کر رہی ہوں۔ مارننگ شو کے اصل ناظرین عام گھریلو خواتین ہوتی ہیں یا وہ مرد حضرات بھی جن کے دفتری اوقات کار گیارہ بجے کے بعد شروع ہوتے ہیں۔ ان پروگراموں میں تفریحی عنصر تو ہوتا ہے لیکن یہ معلوماتی اور انٹیلیجنس کل سٹ کے بھی ہوتے ہیں۔ میں چاہتی ہوں کہ روز نہ کا یہ پروگرام ایک عام گفتگو پر مشتمل نہ ہو بلکہ میرے ناظرین کو ذہنی جدوجہد، میری کامیابی اس میں ہے کہ میں لوگوں تک علم پھیلاؤں اسی سے مجھے اطمینان بھی ہوتا ہے۔“

”اپنے تعلیمی کیریئر سے متعلق کچھ بتانا چاہو گی؟“

”میں نے ریکٹنگ اور ایجوکیشنل ڈراما ٹیگ پڑھی ہے اسی شعبے میں کام کرتے رہنا چاہوں گی۔“

”خوبصورتی اور تقدس آپ کی نگاہ میں؟“

”میری امی کی شخصیت میں یہ دونوں خوبیاں موجود ہیں۔“

”کوئی ایسا ایجوکیشن کے بغیر میک اپ ادھورا لگے؟“

”اپنی مطلق کی انگوٹھی، جوشیدہ کسی ڈرامے کی ریکارڈنگ میں نہ پہنی ہو۔“

کونگ اور گھرداری کی رہنمائی کے لئے ڈالڈائیڈ وائزری سروس

رکھ کر چیزی سے کس کریں اور چو ہے سے تار میں۔

انڈوں کی سفیدی کو پھینٹ کر جھاگ بنانے کا صحیح طریقہ بتادیں، مجھ سے یہ کام نہیں ہو پاتا اور بہت محنت کے بعد اگر پھینٹ بھی لوں تو تھوڑی دیر بعد پاؤں کی تہہ میں پانی کی طرح انڈوں کی سفیدی دوبارہ جمع ہو جاتی ہے اور یہ بھی بتادیں کہ کیا الیکٹرک بیٹر کے بغیر انڈوں کی سفیدی کے جھاگ نہیں بنتے، میں کانٹے سے پھینتی ہوں؟



بہترین نتائج حاصل کرنے کے لئے انڈوں کی زردی اور سفیدی کو بہت احتیاط کے ساتھ علیحدہ کیجئے، زردی کی معمولی سی موجودگی بھی انڈوں کی سفیدی کے جھاگ بنانے میں حائل ہوتی ہے۔ اسی طرح جس برتن میں سفیدی پھینٹیں اسے بہت اچھی طرح دھو کر خشک کر بیچنے کسی بھی قسم کی چکنائی یا نمی کی موجودگی مناسب نہیں، اس کے علاوہ انڈوں کی

سفیدیوں کو پھینٹنے سے قبل ایک چنگی نمک شامل کر لیا جائے تو بہت کم وقت میں بہترین نتائج حاصل کئے جاسکتے ہیں۔ اگر کسی بیٹھے کی تیاری کے لئے سفیدیوں کو پھینٹ رہی ہیں تو مقدار کو ایک چنگی سے بھی کم کر بیچتے ہی مقدار بھی موثر سردار دکرے گی۔ نیز آپ نے الیکٹرک بیٹر کے بارے میں دریافت کیا ہے جی ہاں اس کے بغیر بھی بیٹنڈوسک کے ذریعے آپ اس کام کو کر سکتی ہیں۔ گانا ستموں کرنے کی صورت میں کافی وقت اور محنت درکار ہوتی ہے۔ اس بات کا خیال رہے کہ فرج کے رکھے ہوئے بہت ٹھنڈے انڈوں کو پہلے کمرے کے درجہ حرارت پر آنے دیں یہ بہت ضروری ہوتا ہے۔

ہمارے ہاں افطار کے وقت ڈیپ فرائی کی ہوئی اشیاء کا استعمال بہت زیادہ ہوتا ہے مگر بہت سمجھنے پر بھی گھر کے تمام افراد کی فرمائش پر مجبوراً بہت سے پکڑے وغیرہ بنانے پڑتے ہیں پھر روزہ داروں کا خیال بھی آتا ہے کہ ان کی پسند کے مطابق افطاری تیار کرنا ضروری ہوتا ہے امید ہے آپ کے پاس ضرور اس کا حل موجود ہوگا؟

آپ کی بات بالکل سچی ہے بیشتر خواتین خانہ اسی مسئلہ سے دوچار رہتی ہیں اس سلسلے میں آپ کے معمولات میں بھی کسی قدر تبدیلی رونما ہوگی، کیونکہ صرف کھانے والے ہی نہیں بلکہ پکانے والے بھی برس ہا برس سے معمول کے مطابق مین کا میزہ تیار کرنے کے بعد دیگر روٹی اشیاء جیسے فروٹ چائے، چھولے، دہی بڑے اور مشروبات کی تیاری میں



معروف ہو جاتے ہیں اور افطار سے کچھ دیر قبل گرم گرم پکڑے اور سو سے وغیرہ تیار کرتے ہیں، اعتدال میں روکر ڈیپ فرائڈ اشیاء کا ستموں بالکل بھی معز نہیں ہوئے اس کے کھت سے متعلق کسی کیفیت کے سبب معاذ نے پرہیز تجویز کیا ہو اور اس سے بھی زیادہ اہم یہ کہ ان اشیاء کی تیاری میں غیر معیاری کچی یا کونگ آئل استعمال ہو رہے ہوں، لہذا

کیک اسپانس کیا ہوتا ہے کیا اس کے بغیر کیک نہیں بنتا، اسے گھر پر تیار کرنے کا کیا طریقہ ہے؟



کیا اسپانس کیک کے بغیر ملنے کیک پونڈ کیک دونوں بن سکتے ہیں لیکن بعض کیک ایسے ہیں جن میں خصوصیت کے ساتھ شامل کیا جاتا ہے ان میں کرس کیک اور کیرٹ کیک مشہور ہیں اور یہ بازار میں ہر آسانی دستیاب ہیں آپ گھر پر بنانا چاہیں تو دار چینی، چائے، چھوٹی لادھکی اور چائیں تو رنگ شامل کریں، ان تمام اجزاء کو پارک میں کرا ستموں کی

جاتا ہے۔ یہ خوشبودار مصالحہ پین کیک، و فلر اور براؤنیز میں شامل کیا جائے تو ان میں ایک منفرد ذائقہ اور مہک پیدا ہو جاتی ہے۔ انہیں برابر برابر مقدار میں یا پھر حسب پسند شامل کیا جاسکتا ہے۔

آپ وائٹ سوس جو کہ مختلف قسم کے پاستا کی تیاری میں استعمال ہوتا ہے مجھ سے صحیح نہیں بننا اس کا ذائقہ بھی گھروالے پسند نہیں کرتے اور اکثر بہت خشک اور سخت سا ہو جاتا ہے، امید ہے کہ آپ کی مدد سے میں اس مسئلہ کو ضرور حل کر سکوں گی؟

گھر والوں کو وائٹ سوس پسند نہ آنے کی ایک وجہ یہ ہو سکتی ہے کہ اکثر ہماری ذوق پسند و ناپسند کے معیار پر پورا نہ اترنے والی چیزوں کو دیگر بہت سے لوگ پسند کرتے ہیں۔ یہی صورت میں آہستہ آہستہ ٹیسٹ ڈوسپ ہوتا ہے اور ہم نئی چیزوں سے مانوس ہو جاتے ہیں۔ جہاں تک اس کی تیاری کا تعلق ہے تو اس کے لئے آپ چند بنیادی باتوں کا خیال رکھیے



در دیکھئے کہ آپ کتنا مزیدار سوس بنا سکتی ہیں۔ پہلی یہ کہ مکھن اور میدے کی مقدار کو برابر رکھیے بہت احتیاط سے اجزاء کی پیمائش کیجئے۔ مکھن کو پگھلا دے تو اس میں چند قطرے کونگ آئل شامل کر بیچے جائیں تو مکھن نہیں جلتا۔ چائے بھی بہت ہلکی رکھ کریں۔ میدہ شامل کرتے ہوئے مسلسل دسک کی مدد سے چدتی رہیں اس طرح وہ یکساں پکے گا کناروں وغیرہ سے زیادہ آج کلنے کے سبب وہ تھوڑا سا بھی جل جائے تو تمام سوس کا ذائقہ خراب ہو سکتا ہے۔ خوشبو آنے لگے تو تھوڑا سا چھلکے سے اتار لیں اور آہستہ آہستہ نیم گرم دودھ شامل کریں اور مسلسل دسک سے چدتی رہیں۔ اچھی طرح یکساں ہونے پر چند لمحوں کے لئے چولہے پر رکھیں۔ مسلسل چلاتے ہوئے اتنا پکائیں کہ سیکے گاڑھے پن میں تھوڑا سا خدہ ہو جائے لیکن بال ہرگز نہ پائے، اب حسب ذائقہ نمک اور تازہ لکی ہوئی کان مرچ شامل کر دیں۔ یہ ہے بنیادی طریقہ اس پر عمل کیجئے اور مزید سوس تیار کیجئے۔ آخر میں ایک خاص بات یہ کہ نمک اور کالی مرچ کے ساتھ معمولی سی مقدار میں یعنی ایک چنگی پھر ہی ہوئی چائے شامل کر دی جائے تو یہ اور بھی ذائقہ در ہو جائے گا۔ اس کے علاوہ دودھ کی جگہ یعنی بھی استعمال کی جاسکتی ہے اور ترکیب میں دی گئی مقدار کو آدھی دودھ اور آدھی چائے ملا کر بھی سوس تیار کیا جاتا ہے۔ پھر بھی کسی وجہ سے زیادہ گاڑھا یا خشک معوم ہو تو آپ سوس کو چوہے سے تار کر تھوڑا نیم گرم دودھ شامل کر کے چھی طرح دسک سے چائیں معومہ گاڑھا پن حاصل ہونے پر تھوڑی دیر تک آج پر

تو رمضان کے روزوں میں بہت سہولت رہے گی۔ ساتھ ہی ایک آزمودہ نوکند پیش خدمت ہے۔ یہ عام صحت مند افراد کے لئے ہے جو کہ محض روزہ کی حالت میں سر درد کا شکار ہوتے ہیں اور یہ کہ سحر کے کھانے کے سب سے آخر میں ایک حد بھجور تناول فرمایا کریں۔ ان مشوروں پر عمل پیرا ہو کر سر درد سے محفوظ رہنا ممکن ہوگا۔

آپ کسی کے گھر ستوپے تھے بہت اچھے لگے، میں نے بازار سے منگوا کر گھر پر بنائے تو ان کا ذائقہ بالکل ہی مختلف تھا مجھے صحیح طریقہ بتادیں کہ میں بھی گھر پر مزیدار ستوپیا کر سکوں؟ خالدہ یوسف... راولپنڈی

اگر صرف ذائقہ مختلف تھا تو پھر اس کی ایک وجہ ستوپ کی قسم ہو سکتی ہے۔ کیونکہ بازار میں پٹے، جود، چاول اور گندم کے ستوپ دستیاب ہیں اسی طرح مختلف اناج کے احتجاج سے بھی ذائقہ مختلف ہو جاتا ہے مثال کے طور پر جو اور پٹے یا پٹے اور مرمرے کے ستوپ تیار ملتے ہیں چاہیں تو گھر پر بھی دو یا تین پٹے چاہیں ستوپ تیار کر لیں۔ اسی طرح آپ وہ ذائقہ دریافت کر سکتی ہیں جو آپ کو پسند آیا تھا۔ دوسری وجہ یہ بھی ممکن ہے کہ عام چینی اور براؤن شوگر میں سے کیا شامل کیا گیا۔ کیونکہ دونوں کا ذائقہ مختلف ہوتا ہے آپ اپنی پسند کے مطابق انتخاب کر سکتی ہیں۔ اب مرمرے آتا ہے توری کا، ہمیشہ خیال رکھیے کہ چینی براؤن شوگر یا گڑ کے پانی میں ستوپ بھگوئیں۔ بلکہ اچھی طرح چھان کر پھٹکنے کے بعد انہیں صاف پانی میں مٹی کے برتن میں بھگوئیں۔ جب اچھی طرح بھول جائیں تو احتیاط سے آہستہ آہستہ پھار کر دوسرے برتن میں اسی طریقے سے انڈین کرکری یا کنکر موجود ہوں تو وہ اسی برتن کی تہہ میں رہ جائیں جس میں ستوپ بھگوئے گئے تھے۔ اس طریقے کو عرف عام میں ستوپ بھگوئے ہیں اسے ضائع مت کریں اسی میں تین مرتبہ تھوڑیں۔ آخر میں حسب ذائقہ شکر کا شیر، چینی، براؤن شوگر یا گڑ کا چھنا ہوا شیر شامل کر کے ٹھنڈا کر لیں۔ اگر زیادہ گاڑھا محسوس ہو تو حریر پانی شامل کریں لیکن اس کے بعد کم ذم آدھ ٹھنڈے کے لئے ڈھانپ کر ضرور رکھیں اس سے ذائقہ اچھا ہو جاتا ہے۔

مناسب مقدار میں معیاری بنا ہوتی یا کوکنگ آئل میں روزہ داروں کی لمبائیں پوری کیجئے ورنہ ساتھ میں بے ہوشی کا بھی جنوں، پٹے کی دال، سرخ لوبیا، سفید لوبیا، ورنہ آٹا کی چاٹ یا پھر فرنی کی ہوئی ہو۔ بڑے بڑے یا تین کے ٹینس اور خصوصیات کے ساتھ مکی بنزیوں کی سدا کو افراط کے مہینہ کا حصہ بنائیں، آپ دیکھیں گی کہ دست خوان پر ن لذیذ ڈشز کا اضافہ آپ کے گھر واول کو پسند بھی آئے گا اور ڈیپ فریڈ اشیاء کے استوں میں اعتدال بھی آئے گا۔

میں مصالحہ اور ہلکا سا مین لگا کر پھلی کو میرینٹ کرتی ہوں اور کڑا اسی میں ڈیپ فرائی کر لیتی ہوں، اسے نیچے بڑے سب شوق سے کھاتے ہیں اس لئے ہفتہ میں ایک سے دو مرتبہ تو بناتی ہوں لیکن پھلی کو تین کے بعد جو کوکنگ آئل کڑا اسی میں بیج جاتا ہے وہ کسی کام کا نہیں رہتا برائے مہربانی رہنمائی فرمادیں؟

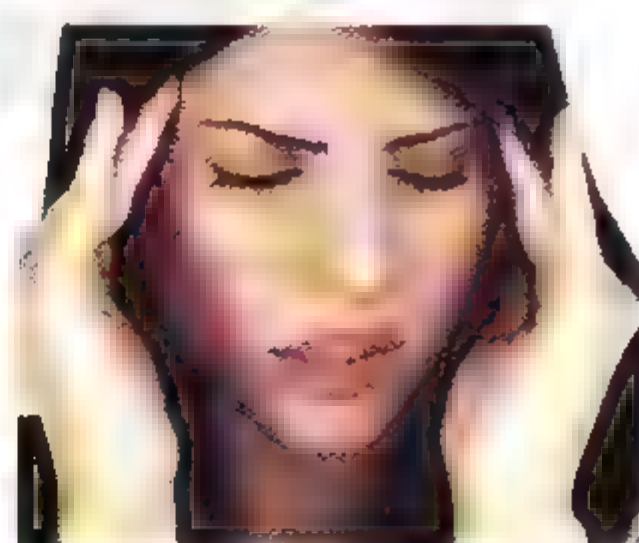
شازیہ حبیب... میانوالی

آپ نے جو ترکیب لکھی ہے اس کے مطابق تیار کی جانے والی بھی کوڈیپ فرائی کرنا ضروری نہیں، آپ سے فرانگک چین میں یا آسانی شید فرائی کر سکتی ہیں اس طرح اس میں بہت کم مقدار میں بنا ہوتی یا کوکنگ آئل استعمال ہوگا، نیز اگر آپ کے پاس اون موجود ہے تو پھر کوئی لڑے یا روٹنگ لڑے پر ایلیٹیم فوئل بھی کر چھیں کے میرینٹ کئے ہوئے تھکے ترتیب سے رکھ کر



تھوڑا سا کوکنگ آئل چمڑک کر پری ہیٹ کئے ہوئے اون میں بیک کر لیں۔ جہاں تک کڑا اسی کے نیچے ہوئے تیل کو قابل استعمال بنانے کا تعلق ہے تو اس کے لئے چھاتی پر نشہ بھی ڈھرا کر کے چھائیں اور اس میں تیل کو چھان لیں۔ دھلی ہوئی ٹنگ کڑا اسی میں ہون کے صاف ستھرے جوئے کچل کر چھانتے ہوئے تیل میں براؤن ہونے تک پکائیں اور چوبہا بند کر دیں، ٹھنڈ ہونے پر پٹے کے طریقہ کے مطابق چھان کر اس کو ہڈی کی تیاری میں استعمال کر لیں۔ بہتر ہوتا ہے کہ ضرورت سے زیادہ مقدار میں تیل کڑا اسی میں نہاڑیں اور ایک دو مرتبہ سے زیادہ اسے فرانگک وغیرہ میں استعمال نہ کریں۔

روزہ کے دوران سر میں درد کی شکایت رہتی ہے، ایسا کیوں ہوتا ہے اور اس کا کیا علاج ہو سکتا ہے؟



اس سلسلہ میں پٹے قرینی معالج سے معائنہ کروائیں ان کی مدد سے آپ سر درد کی وجوہات بھی جان سکیں گی اور ساتھ ہی اس کا علاج بھی اس کے علاوہ ہائی ہڈ پریشانی، امراض قلب، ورتیز بیت اور ہائیسی جیسے امراض میں رمضان المبارک کی آمد سے قبل معائنہ اور معالج کا مشورہ ہے۔ ضروری ہیں۔ دیگر افراد جو کہ صحت مند ہیں ان میں روزہ کی حالت میں

سر درد کی وجوہات میں خند کے اوقات کی تبدیلی پانی اور چائے کوئی بکثرت استعمال کرنے والے فرد میں روزہ مردہ کے خلاف کیفیتیں کی چٹک کی، ناکافی یا غلت میں کی گئی سحری اس کے علاوہ فطر کے فوراً بعد کھانے کی ذی دتی، مرغن ورمیر بعض خوراک کا استعمال شامل ہیں۔ اسی صورت میں طبیعتان سے بھری کرنا اور خصوصاً سحر کا وقت ختم ہونے سے قبل یعنی دیر سے سحری کھانا بہترین طریقہ ہے، دیر تک چائے والے افراد یا تو رات کے اوائل چہر میں کھانا کھا کر سو جاتے ہیں کیونکہ صبح سے قبل بیدار ہونے میں دشواری ہوتی ہے یا پھر ایسے فرد صبح کے وقت بمشکل بیدار ہو پاتے ہیں اور انتہائی غلت میں انتہائی غلتیں اور ناکافی مقدار میں کھاتے پیتے ہیں۔ اس طرح کے معمولات کو درست کرنا بہت ضروری ہے۔ چائے اور کوئی بکثرت پینے والے افراد کو بھی رمضان سے قبل ان عادات پر قابو پانا چاہئے اور بھر دینے کم مقدار پر انھار کی عادت ہو جائے

Tip of the month Contest کے نتائج

ونرز شپ

اس کوچیسٹ میں پہلی پوزیشن رخسانہ حمید (کوئٹہ) نے حاصل کی۔

مہندی کارنگ گہرا کرنے کے لئے مہندی خشک ہو جانے کے بعد ہاتھوں پر ہلکی سی دس لگا کر 20 منٹ تک چھوڑ دیں۔ اس کے بعد ٹیل اسپون کے ساتھ اسے اتار لیں اور کچھ دیر کے بعد سادہ پانی سے ہاتھ دھو لیں۔

اس ماہ کے کوچیسٹ میں عائشہ میمن، رحیم یار خان اور خنار ستم۔ ساہوال رز اپ قرار پائیں۔

آپ بھی اپنی آزمودہ پتی، وٹکس 3660 کراچی پر ارسال کیجئے منتخب ہونے کے نام کے ساتھ شائع کی جائے گی اور آپ جیت سکیں گی ایک خوبصورت تحفہ



Helpline: 0800-32532

Mailing Address: P.O. Box 3660, Karachi, Pakistan

Email Address: dalda.advisory@daldafoods.com

Website: www.daldafoods.com

سبزیاں اگائیں پانی میں

یہ ان ڈور باغبانی کا ماحول دوست انداز ہے

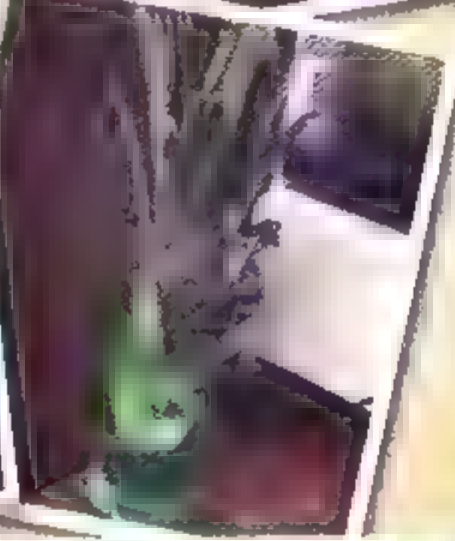
نغمہ ارشد رضا

باغبانی کا شوق کم و بیش ہر شخص کے اندر موجود ہوتا ہے لیکن عموماً دیکھا گیا ہے کہ جگہ کی قلت یا کی بیشی کے باعث انسان اپنے اس شوق کی تکمیل نہیں کر پاتا اور تہال کے طور پر اپنے اس ذوق کی تسکین اندر گارڈننگ کر کے پورا کرتا رہتا ہے۔ پہلے گھروں میں شیشے کی پانی کی بوتلوں میں مٹی پختل لگانے کا بہت رواج چل چکا تھا اور آج بھی ہر دوسرے گھر میں اندر مٹی پختل ضرور نظر آتے ہیں اسی طرح پانی کی شیشے کی ہی بوتلوں میں مختلف پھول بھی اگائے جا رہے ہیں لیکن اب صرف اسی پر اکتفا نہیں بلکہ اب ان چھوٹے وافر کنٹینرز میں سبزیاں بھی بہت آسان انداز میں اگائی جاسکتی ہیں اب یہ ضروری نہیں کہ اندر گارڈننگ کے لئے کسے کھد دیا پھر مٹی کی ضرورت پڑے۔ ان کی جگہ سے حشرات ادا رخ اور کیڑے کوڑے بھی گھروں میں پھیلنے کا اندیشہ رہتا ہے جس سے چھانکارا پانا خاص وقت طلب کام بن جاتا ہے۔ اب آپ کو یہ جان کر خوشی ہوگی کہ کچھ سبزیوں کو گانے کے لئے مٹی یا کھد کی بالکل بھی ضرورت نہیں ہوتی وہ پانی میں ہی بہترین طریقے سے نمو جاسکتی ہیں۔ خاص طور پر سبز جوں والی سبزیاں، رسیلے پودے اور جڑی بوٹیاں براہ راست صرف پانی میں اگائی جاسکتی ہیں۔ اکثر اوقات سبزی صاف کرتے ہوئے غلامین جس حصے کو کاٹ کر ضائع کر دیتی ہیں اس ضمن کے لئے سبزی کا وہی ضائع شدہ حصہ ہی کارآمد سمجھا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر ہری پیاز یا Spring Onion کی ذمیل کے آخری ایک انچ کے حصے کو پانی کے کنٹینرز میں ڈال دیا جائے تو اس سے چند روزوں کے اندر ہری پیاز کے پتے لکنا شروع ہو جائیں گے۔ ہری پیاز سے مزین پانی کے کنٹینرز گھر کی کھڑکی یا ٹیرس پر رکھیں تو اس سے آس پاس کی خوبصورتی میں نہ صرف اضافہ ہوگا بلکہ آپ کو گھر بیٹھے تازہ سبزی بھی ملتی رہے گی۔ اسے آپ سلاد، آٹھ، فرائز وغیرہ میں استعمال کر کے اپنے کھانوں کی لذت کو بھی بڑھا سکتے ہیں۔ یہ کیمیکل سے پاک ہری پیاز کسی بھی طرح سے آپ کی اور آپ کے گھروالوں کی صحت کے لئے نقصان دہ نہیں ہے۔ یاد رہے کہ اگر آپ پانی کے چار میں ہری پیاز کو اگا رہے ہیں تو ہر روز اس کا پانی ضرور بدلیں اور اسے ایسی جگہ پر

رکھیں جہاں براہ راست سورج کی روشنی آسے مٹی رہے۔

- کسی بھی سبزی کا لکٹائی حصہ کھرایا نا کچھ کر اسے ڈسٹ بن کی تذر نہ کریں بلکہ اسے وافر کنٹینرز میں ڈال دیں اور اگلے دیں۔ اپنے اس عمل سے آپ خود حیران رہ جائیں گے۔ بالکل اسی طرح لیٹن کے جوئے کا آخری حصہ یا پھر اگر آپ پسند کریں تو پورا جڑا بھی پانی میں ڈال کر اگایا جاسکتا ہے۔ یہ لیٹن پورا سال آپ کو آسانی سے گھر بیٹھے دستیاب ہو سکتا ہے۔ سلاڈ کے ساتھ سلاڈ کے پتے بھی ذوق و شوق سے کھائے جاتے ہیں جنہیں Lettuce کہا جاتا ہے۔ ان جڑوں میں بناؤ لعل کے آخری حصے کو اگر پیکنگ کے بجائے وافر کنٹینرز میں ڈال دیا جائے تو چند ہی دنوں میں اس کے چھوٹے چھوٹے پتے نمودار ہونا شروع ہوں گے یہ پتے سلاڈ کے لئے بہترین اور مکمل غذا ایت فراہم کریں گے۔
- ایسی ہی دوسری سبزیاں جنہیں بہت کم پانی میں اگایا جاسکتا ہے جیسے گوبھی، پالک، Celery (ایک چھتری کی وضع کا پودا جڑ کاری کے طور پر پکایا جاتا ہے) Endive (کالی کھد کا پودا جو سلاڈ کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے اور Bok Choy یہ سبزیاں ہیں جن کا ہری پیاز اور سلاڈ کے جڑوں کی طرح اگانے کے لئے بہت کم حصہ درکار ہوتا ہے۔
- جڑی بوٹیوں میں Basil (کالی تلی، ایک خوشبودار جڑی بولی) کی قلم اقسام کو با آسانی کم پانی یا وافر کنٹینرز میں اگایا جاسکتا ہے۔ اسی طرح پودینہ، لیمن گراس Lovage اور یہاں تک سلاڈ کے جڑوں کی تمام اقسام کو اسی طریقے سے گھر میں با آسانی اگایا جاسکتا ہے۔
- Sweet Potato یعنی شکر قندی کا سب سے اوپر کی حصہ لانا پالنا کر کے تنگ جار میں پانی کے اندر اس طرح رکھیں کہ یہ حصہ جار کے پانی سے نہ گرائے اگر گرائے گا خدشہ ہو تو اسے ٹوٹھ پک کے مار پیچ کر لیں۔ شکر قندی اگلنے میں وقت لیتی ہے لیکن جب وہ بڑھتی ہے تو تیزی سے بڑھنے لگتی ہے اسے گھداشت کرنے والے کی مکمل سپورٹ کی ضرورت رہتی ہے۔
- شکر قندی کی طرح انٹاس کو بھی وافر کنٹینرز میں اگایا جاسکتا ہے البتہ یہ اگلنے

میں دو سے تین سائیک کا وقت لیتا ہے اسی طرح اسے وہی اگایا جاسکتا ہے جس میں مبر اور برداشت ہو کہ وہ محل سے تین سائیک گزرنے کا انتظار کرے اور ہر روز وافر جار کا پانی بدلتے رہے۔ یہ ایک بھوکا پودا کھاتا ہے اور سے روزانہ Liquid Organic Fertilizer کی ضرورت رہتی ہے بالکل اسی طرح ناشپاتی اور گاجر بھی وافر کنٹینرز میں با آسانی اگائی جاسکتی ہیں۔



شیشم اور برما ٹیک کافر نیچر تہذیب کا دلکش ترجمان



ہم پاکستانی گھروں کی آرائش میں اپنی تہذیب و ثقافت کا ترکا لگانا نہیں چاہتے کیونکہ ہماری تربیت میں ورثے کی جھلک موجود ہے۔ ہم جدید رجحانات بھی قبول کر لیتے ہیں اور اگر ہر دن ملک کا سفر درخشاں ہو جائے تو وہاں سے بھی آرائشی نوعیت کی اشیاء خرید لاتے ہیں یوں ہمارے دیوان اور نشست گاہیں آرائش کے نقطہ نظر سے کس اینڈ کچ کے معیار پر پورا اترتے ہیں۔

خریدیں۔ اگر کوئی میر خوصورتی اور کلاسیک میں یکساں ہے تو اسے کارہ مندر سے اسی ڈیزائن کی خود بخود لیس مگر کلاسیک کا انتخاب کسی جان کار کے ہاتھوں کر ہونے

والی چیز ہے۔ اگر یہ اپنی پارک اور نقش و نگار والی مسیری (ڈبل بیڈ) کی شکل میں ہو تو شادی کے بعد چالیس برس گزر جانے پر بھی ٹوٹی نہیں۔ اس آپ ہر دوسرے تیسرے سال پالش کر دیا کیجئے۔ پالش پر بھی زیادہ خرچ نہیں آتا۔

ہمارے وقت کا اپنے ہنر کی پارک جانتے ہیں وہ لکڑی کو تراش کر ضروریات زندگی کی ہر چیز خوبصورت نقش و نگار سے سجا دیتے ہیں اور لکڑی ہی نہیں اب تو راڈ آئرن آئین کی آئینوں سے بھی ماڈرن فرنیچر بنوئی تیار کرتے ہیں۔

فرنیچر سازی میں آپ کو شیشم مارک، برمائیک کے علاوہ دوسری چند اقسام بھی ملتی ہیں مگر شیشم زیادہ مضبوط خوبصورت اور پر پائستہ استعمال کے لئے موزوں بھی جاتی ہے۔ شیشم کے بے صوفیٹ، بیڈیٹ، پشٹی آئینے، آرام دہ کرسیاں، کھانے کے میز کی کرسیاں، جھولے اور Screens یعنی آرائشی آڑ بہت خوبصورت اشیاء ملتی ہیں۔

ہمارا مشورہ ہے کہ جب میٹروں کو چھوڑ دینا ہو یا اپنے نئے سامان آرائش کا انتخاب کرنا ہو تو ماہر کار گروں سے لکڑی کے بارے میں ضرور پوچھنے لکڑی کی ساخت، پٹائی، نقش و نگار کی دلاویزی اور مہارت کے ساتھ معیار کا ضرور دھیان رکھئے۔ Console یا پشٹی آئینے آپ کے ڈرائنگ روم اور لاؤنج میں بہت نفس نظر آتے ہیں اگر یہ شیشم کے فریم کے ساتھ بنے ہوں تو گویا آپ اپنی تہذیب و انداز کے ساتھ جڑی نظر آئیں گی۔ آئینے مقررہ جگہ کے گھروں اور کمروں کو وسیع نظر ہو کر کشادہ ظاہر کرتے ہیں اور یوں تجل کی کاری کے لحاظ سے بھی آپ اعلیٰ ذوق کی نمائندہ نظر آتی ہیں۔ آئینے میں نظر آنے والا کس بھی حال اپنی حسن کو ظاہر کرتا ہے۔

- چند حفاظتی ٹپس
- سیکے کپڑے سے کبھی لکڑی کا فرنیچر صاف نہ کریں۔
- پارک خالوں یا جالیوں واسطے فرنیچر کو پینٹنگ کرنے والے برشوں کی مدد سے گردوغبار صاف کیا جائے تو بہتر ہے۔
- گاڑی صاف کرنے والوں کے پاس ایک زرد رنگ کا کپڑا رکھا ہے جو نرم دھام دہا ہے اس فرنیچر کی صفائی کے لئے اسے بھی خشک حالت میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔
- ویکویم کلیر سے جہاں پر دے صاف کریں گے وہیں صوفوں کے اطراف کی بھی صفائی کر لیں۔
- مہمانوں کو مشروبات یا پانی پیش کرنے سے پہلے گلاسوں کے پیچے کو سٹریز ضرور دیں تاکہ سیکے گلاس جھڑ پڑنے سے فرنیچر داغدار نہ ہو۔
- لکڑی کے کھانے کی میز پر عموماً موٹی تھہ والی کھچنم کا گلاس (شیشہ) رکھا جاتا ہے لیکن اگر وہ نہ ہو تو آئینل کے کوٹنگ ریکس کو رکھ کر گرم برتن رکھ جائیں ورنہ میز کی پالش اڑ جائے گی۔
- اگر میز پر کوئی داغ پڑ جائے تو لیٹوں کے عرق میں کوٹنگ آئل کے چند قطرے ملا کر متاثرہ جگہ کی صفائی کی جاسکتی ہے۔ اس طرح فرنیچر کی آب و تاب برسوں کا کام رہتی ہے۔

آرائشی آڑ اور پردے کی دیوار

واقعی یہ بہت فرنیچر ہے آپ بڑے ڈرائنگ روم میں دھڑلے صوفوں کا استعمال کے لئے جب چاہیں کمرے کا ہر رخ استعمال کریں یا ایک جانب پردے دار خاتون اور دوسری جانب مرد حضرات کی مہمانداری سنبھالیں یا اگر یہ مقصدتہ ہو تو محض آرائشی مقصد کے لئے یہ Screen عمدہ انتخاب ہو سکتی ہے۔ یہ آرائشی آڑ بھی دو تین یا چار پٹوں میں دستیاب ہوتی ہے آپ چاہیں تو صرف 3 پٹوں ہی استعمال کریں مگر ڈیزائن ضرور دیکھ لیں۔ آج کل پالش میں گہرا کستھ رنگ زیادہ استعمال ہوا ہے اور یہ تند کیا جاتا ہے آپ اپنے صوفوں کی پالش کے حساب سے پتھ کر کے نہیں رکھنا ان میں متقلل ہوئی یا سنگ و دل Screens بھی ہیں اور سادہ چینی نقش و نگار والی بھی ہیں۔ یہ آپ کے اپنے انتخاب پر ہے کہ گھر کی آرائش میں کتنی سرمایہ کاری کر سکتی ہیں۔

کافی ٹیبل اور اسٹیک سائڈ ٹیبل

کافی ٹیبل چھوٹے یا بڑے ہوں اور اگر اس پر جانوروں کے نقوش یا چھوٹے پیکل ملر کی شکل وضع ہوں تو اچھی لگتی ہیں۔ پاکستان کے ہر بڑے شہر میں اب فرنیچر کی صفات میں چھٹی پہلو متاثر کن ہی نہیں حیران کن حد تک بڑھ چکا ہے آپ جلدی میں سمجھتے

مہنگا روئے ایک بار ستاروئے بار بار

اس کہادت کو پتہ سے باندھ لیجئے۔ شیشم کی لکڑی ہنگی ضرور ہے مگر رسول ساتھ دینے



ملک بھر کی تقریبات کا احوال



پروین شکر ادبی میلہ

ہر سال پروین شکر فرسٹ کے زیر اہتی تقریب منعقد ہوتی تھی اور نئی شہریت کو انعامات دینے جاتے تھے لیکن اب ہمارے سالانہ تقریب کل پاکستان ادبی میلہ بن گئی جس کی مظہر اسلام ہیں وہی پیشکش ایک فاؤنڈیشن دے کر جنہوں نے ایک سرکاری ادارے کو گناہ اور رو جانے کے بجائے ایب لیس اور متحرک ادارہ بنادیا جو لوگ ٹرین کے راستے پر ہوائی اڈوں پر اپنی پروازوں کے نظار میں سوکھا کرتے تھے اب پیشکش ایک فاؤنڈیشن کے کتاب گھر سے استفادہ کرتے ہیں۔ دہلی میں کتابوں اور مصنفوں کی روٹی کے ساتھ ساتھ بات چیت کے لئے ایک دلچسپ موضوع رکھا گیا تھا "ادب و ادب لڑواں پذیر ہے؟ وقت سے پیچھے رہ گیا ہے یا کسی سوچے سمجھے منصوبے کا شکار ہے؟ بہر حال دلچسپ مکالمہ ہوا۔ پروین شکر دہلی میں نئی شاعری میں حیرت انگیز حسیب غنیر دریا غزل کون کی شاعری کے مجموعوں، روزی وغیرہ کون کے گریزی ناوب A Small Fortune اور منگو کی طالعہ حلیہ شری کو ان کی کتاب پر انعام دیا گیا۔ پشاور یونیورسٹی سے ایم اے انگریزی میں ٹاپ کرنے والی حنا حبیب کو گولڈ میڈل دیا گیا۔ سعادت حسن منٹو اور مظہر ازہم کے اہل نواں اور پروین شکر کی شاعری کا ترجمہ لوی زبان میں کیا گیا ہے۔ ان کتابوں کی رونمائی علی کے سفر نے کی۔ ڈاکٹر وحید احمد کے ناوب زینو مستنصر حسین تارڑ کے ناوب خس و فاشک زمانے، عامر بٹ کے ناوب 'انعام' اور مسعود شاعر کی کتاب اپنا گھر پر تبصرے کے لئے گئے۔ اسلام آباد میں ہونے والی سالانہ تقریب کی مناسبتی شکل کو ادبی میلوں اور جشنوں میں ایک خوب صورت اضافہ کہا جاسکتا ہے۔

سچے شاعر کا کھلیاں

آدرش آڈیو کتاب سلسلہ (شمارہ نمبر 5 کا ہوا اجراء)

محترمہ شاہدہ احمد اور عزیز احمد پاکستان میں منظر افراہ کے پہلے باقاعدہ جریدے آدرش کے مدیران رہے ہیں۔ شاہدہ احمد اردو کی ماہ ناز المساند نگار بھی



ہیں اور بی بی اردو میں سننے والوں کے لئے ان کی آواز قلمی اپنی نہیں وہ جیسے کئی برسوں سے صاحب فرش ہیں تاہم ان کی توانائی اور ادب سے پر غلوں چاہت کا نظار آدرش آڈیو کتاب سلسلے کے شماروں میں محسوس کیا جاسکتا ہے۔ حال ہی میں انہوں نے شمارہ نمبر 5 کو

کلام بزرگ زادہ قاسم صاحب سے معنون کیا ہے "سچے شاعر کا کھلیاں" میں آپ من سکتے ہیں پرکشش غنائیہ لہجے میں ابتدائی پیش کرتے ہوئے شاہدہ احمد کی وہ آواز جو اپنے آکا برین کی شاخت اچھا کر رہی ہے۔ ڈاکٹر عزیز زادہ قاسم بذات خود ادبی سرمائے سے کم نہیں کہا یہ کہ آدرش سوسائٹی نے ان کی شخصیت، توجہ الفاظ میں ان کی غزلیں، نظمیں کا انتخاب اور مشاعروں سے منتخب کلام کی، گو ایک ادبی دستاویز مرتب کر دی ہے۔ یہاں یہ واضح کرنا ضروری ہے کہ آدرش سوسائٹی غیر منفعت بخش ادارہ ہے۔ یہ ادبی سرمایہ قوت کو بانی کے محرم اور دیگر معذور افراد کے اداروں کو عطیہ کے طور پر منتقل کیا جاتا ہے۔ اگر صاحب حیثیت افراد اس کا رخیر کے ساتھ ساتھ ادب کی ترقی و ترویج میں ہاتھ بٹاتا ہے تو

0334-3569229 پر رابطہ کر سکتے ہیں۔



TGIF کی گراچی شاخ کا افتتاح

پاکستان کے دار الحکومت اسلام آباد کے بعد اب گراچی جیسے صنعتی شہر میں بھی TGIF کی شاخ اس بین الاقوامی چین کا حصہ بن گئی ہے جہاں عمدہ ورفائنے دار کھانے پیش کئے جاتے ہیں۔ پاکستان کی CEO مریم حسن نے کہا کہ "ہمیں خوشی ہے کہ اسلام آباد کے بعد ہم Casual Dining کا تصور گراچی میں بھی لے گئے ہیں۔ یہاں بہترین ڈینکے کے حامل معروف کھانوں کے ساتھ مقامی روایات کے حامل ڈینکے بھی پیش کئے جاتے ہیں۔" 50 برس پہلے TGIF کے نیویارک شہر میں قیام کے بعد 61 ملکوں میں ریستورانٹ کی فرنیچر پیشکش قبول کر لی گئی ہیں۔ فرنیچر یعنی جھوک ہفتہ واری تعطیل کا آغاز ہوتا ہے اس کے بعد ہفتہ تو رہم چھٹی مناتے ہیں۔ کمپنی کا یہ مخفف اصل میں ایک دعائیہ اور شکرانے کا نظارہ ہے یعنی Thank God It's Friday۔ مریم حسن کہتی ہیں آپ ایک بار یہاں آئے تو ہماری ڈشز اور ریستورانٹ کے ماحول کو دیکھ کر ہر دن کرائیڈے معصوم ہوگا۔"

سرائے میں بسیرا کیا جائے

یا کھانا تناول ہو، پسند اپنی اپنی

اسلام آباد جائے تو سرائے کا بھی چکر لگائیے



Baked Chi
Kobe beef burger



Beef Tenderloin Steak



Creme
brulee

بٹھے میں کیا ہے؟

Creme brulee ہر ریسٹوران تو یہ مخصوص

مشاس تیر نہیں کرتا۔ یہ دراصل بریڈ پڈنگ جسے کیرامل

Sauce کے ساتھ چڑھا دیا جاتا ہے اور اس پر چاکلیٹ

پسند کرنے والوں کے لئے بونس ہے چاکلیٹ ٹاؤ موٹن کیک کا، آپ

ان سٹور کو غیر ضروری تشویر نہ سمجھئے جب بھی موقع ملے یہ پڈنگ وہاں ضرور

کھائیے۔ اور انشاء اللہ ہمیں وہاں دیئے بغیر نہیں رہ سکیں گے۔ سرائے ہم نے دیکھا

مگر بڑے خوش نہیں آدھ سکے شاید ہم انتظام سے درخواست کرتے یہ بھوت بھی دیکھ کر

ہٹا سکتے کہ یہاں قیام کن بہتر ہے یا نہیں بہر حال کوئی مشورہ دیئے بغیر کھانے کے

معیار اور پیش کش کے انداز کی تحریف کر سکتے ہیں باب یہ آپ کی پزیرا نہیں رہتا ہے یا نہیں

آپ نے فیصلہ کرنا ہے ہم نے تو سرائے کو امتحان میں کامیاب قرار دے دیا۔

انتخاب ہے اور واقعی سرائے کو پارک مارکس تو فوراً ہی دے گئے۔

• مین کورس کے لئے ہم نے Spaghetti Portofino tossed

in a light cream آؤر کی جسے گرلڈ چکن کے ساتھ تیار کیا گیا تھا۔

اس میں گرلڈ چکن نے جو ڈنقہ دیا وہ آج دوہرے اور آٹھ دن گزرنے کے

بعد بھی ہمیں یاد ہے۔

• ہماری ٹیم کے ایک رکن نے Beef Tenderloin Steak آؤر کی

تمی ہم نے اپنے Fork سے اسے چکھا اور ۷۱ رے منہ سے بے ساختہ

Good لکھ۔ شیف نے بتایا کہ اس اسٹیک میں تھوڑا مصلحہ بے شک تیز

ہے لیکن یہ Juicy اس لئے ہے کہ ہم نے اسے دھیمی آگ پر گھٹے دور نرم

پڑنے تک احتیاط سے پکا دیا ہے۔

اسی طرح ہمارے خاندان کے ایک بچے کو بیف ٹنڈرلین پسند تھی ہم نے ایک ٹنڈر

ٹنڈر کی کا بھی چکھا واقعی طیف آگیا یہ بیف انتظام اور پکا ہوا تھا کہ جسے مطمئن کرنا

مشورہ نہیں ہو سکا۔ خاص کر ٹنڈر کی سرخ رنگت بھلی گی ڈانقہ تو خیر تھا ہی۔ اسی

طرح پالک پیڑ میں پیڑ کھجور سے نہیں شامل کیا گیا تھا۔ یہ بھی سرائے کو کرڈٹ

دینے کی بات ہے۔ آج کل ہر گز یہاں دستیاب نہیں کیونکہ بچے ریسٹوران میں

آ کر مختلف سامان گرکھنا چاہتے ہیں۔ براہ ذہن گرڈ کے ڈانقوں کے متوالے یہاں

نیا ڈانقہ چکھ سکتے ہیں یہ ہے Kobe Beef Burger یہ ڈانقہ ہم نے ذوقی طور

پر تو چکھا نہیں کیونکہ ۷۱ رے بچوں نے بروقت اور نہایت شوق سے اسے کھا دیا۔

ہمیں ایک سے دو مرتبہ کہنا نہیں پڑا کہ کھانے کیوں نہیں اس کا مطلب ہے کہ

سرائے کے بچوں والوں نے کلاسٹ بچوں کے حس ڈانقہ کو خوب پچھن لیا ہے۔

• ہمارے مدعوین میں سے ایک صاحب حال ہی میں صحت یاب ہوئے تھے

اور دراصل ۷۱ رے اسلام آباد آنے کا مقصد بھی ان کی عیادت ہی تھا انہیں

Luciano's special کھانے کا شوق تھا۔ ہم نے شیف سے

درخواست کر کے اسے Low-Calorie lemon pizza, baked

chicken سے پڑا غواہ بے شک جسے ہمارے مہمان پورا کھا تو نہ سکے لیکن

وہ جس انداز سے خوش نظر آئے تو اس طرح "سرنے" کو اور بھی سراہا گیا۔

اندرونی آرائش کے ساتھ ساتھ چھت والی جگہ کا ذکر نہ کیا تو یہ ریویو ادھورا

رہے گا۔ جہاں سے مارگلہ ہر کی چمب سے آتی سرد ہوا نہیں ہمیں تازہ دم

کردیتی ہیں۔ آپ یہاں گھوم پھر کر نظارہ کیجئے دیکھئے کہ یہ چھڑی مسند

پنے اندر قدرت کی کسی کرشماتی متاعی رکھتا ہے۔

اسلام آباد کے پرفضا اور جمیل کے ٹھہرے پانی جیسے ماحول میں کسی ریسٹوران

قدرتی مناظر اور کھنوں کے معیاری ڈانقے پیش کرتے ہیں ان میں ہمیں

مارگلہ ہر کے مناظر بہت دلکش لگتے ہیں اور پھر اگر انسانی صد جیتوں پر ماحول

کا ترکا بھی لگ جائے تو کیا بات ہے!

اس لئے آج ہمیں آپ کو اسلام آباد کے F6/3 کی 16 ویں گلی اور 2A

لئے چتے ہیں اس جگہ کو سرائے کہا جاتا ہے آپ کو یہاں قیام کرنا ہے تو ہوٹل

میں تیرہ بستروں کے کمرے کی سہولت مہیا کی گئی ہے۔ ان کمروں کی

کمر کیوں سے کوہس رہا ریکٹ اور مرگلہ ہر کا نظارہ کیا ہو سکتا ہے۔

ریستوران میں آپ کو ککائیشیل کے علاوہ روایتی پاکستانی کھانوں کی وسیع تر

انتخاب ملتا ہے۔ یہ اور بات ہے کہ ککائیشیل فیوزن کی شکل میں ہے۔ جیسا

کہ مقامی باشندے پسند کرتے ہیں۔

ریستوران میں داخل ہو کر نشستوں کے انتخاب کی خاصی گنجائش ہے مثلاً اگر

آپ غیر ملکی انداز میں بڑے آرام وہ صوفوں پر براجمان ہونا چاہیں یا کرسی

میز والے پرسن میں بیٹھنا چاہیں تو یہ دونوں سہولتیں موجود ہیں آپ کسی بھی

جگہ سکون سے صبح پڑھیں اور ساقیوں کے مشورے سے آؤر کریں۔

کہیں باہر تو بندہ اس لئے کھانا کھانے جاتا ہے تاکہ ماحول کے حسن سے بھی کوئی

اچھا تاثر لے کر لوٹے ہوؤ بہتر ہو اور تازہ دم ہو جائے۔ سرائے میں یہ بنیادی جوہر

موجود ہے۔ ہمیں دیواروں پر مقامی پاکستانی آرٹسٹوں کی خوبصورت تصاویر

(پینٹنگز) آویزاں نظر آئیں جن میں مٹی ایجر، اصل لائف، تجربی اور بینڈ اسکپ

بر موضوع پر ایک ایک تصویر اندرونی آرائش کے باہر کے حسن ذوق کی ترجمانی کرتی

ہے۔ چند برس پہلے تک ریسٹورانوں میں مغربی مصوروں کے کھدے کی فنون پر مشتمل

پرنس کالبریم کر کے دیواروں کی آرائش کی جاتی تھی جسے پڑائی نہیں ملتی۔ خوشی کا

امریہ ہے کہ پاکستانی مصوروں کی حوصلہ افزائی اور مالی اعانت کا سلسلہ بڑھتا جا رہا

ہے دوسرے یہ کہ سرائے کے اندرونی ماحول کی جاذبیت اسی جمالیاتی طرز آرائش

سے ممکن ہوئی ہے جس کی داد دینے میں کل سکام بیٹا نا انصافی ہوگی۔

اس تخلیقی جہت میں موسیقی کا شعبہ بھی خاص تاثر انگیز ہے آپ یہاں نصرت

فتح علی خان کے گیت، بوالیاں اور فلمی نغمات بھی سن سکتے ہیں۔

ہماری ایکسپریس فی عادت ہے کہ کسی بھی ریسٹوران کے کھانے کو پسند نہا پسند قرار

دینے کے لئے ان کے بریڈ یا نان کی تازگی اور خست پن کو جانچتے ہیں یہاں

ہمیں ڈنر وڈر ہوم میڈ کھن کے ساتھ پیش کئے گئے اور Buffalo chicken

wings تازہ مرغی فرائز کے ساتھ کھانے کی اشتہا بڑھانے کے لئے بہترین

بیت اللہ شریف دنیا میں پہلا وہ گھر خدا کا

عمرہ زائرین کو رمضان مبارک ہو (آمین)

جس مسلمان کو رمضان المبارک کے مہینے میں عمرے کی سعادت حاصل ہو جائے اس جیسا خوش نصیب کون ہو سکتا ہے۔ مکہ معظمہ کی تاریخی و دینی عظمت کا اندازہ یوں کیجئے کہ خالق کائنات نے اس شہر کو اپنے مقدس گھر خانہ کعبہ کے لئے چنا۔ اس مبارک شہر کو سیدنا اسماعیل و سیدہ حاجرہ علیہ السلام کا مسکن قرار دیا۔ یہیں پر مسجد حرام ہے جس میں ایک نماز کا ثواب ایک لاکھ نمازوں سے زیادہ ہے۔ اس شہر کو نبی آخر الزماں حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی جائے پیدائش ہونے کا شرف حاصل ہے۔ یہیں پر محرم کا کٹواں اور کی تاریخی مقام ایسے ہیں جن کی عظمت نے اس شہر کی اہمیت کو دو چندان کر دیا ہے۔

مکہ مکرمہ کا حرم و دارالحرم

مکہ مکرمہ مسقط سعودی عرب کی مغربی سمت سرزمین حجاز کی انتہی پر زمین پر واقع ہے جس کے چاروں طرف پہاڑی سلسلہ ہے مکہ کا قطبی عدد ۲۱ جودرے ہمارے ہلے و کھلے ہے۔ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی جائے پیدائش مسجد حرام کے مشرقی حصے میں واقع ہے جسے معلاقہ کہا جاتا ہے۔ لہذا آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اہل معدی میں سے ہیں۔

مکہ مکرمہ کا مینار

مقامات مقدسہ میں وقت دیکھنے کے لئے ایک پر شکوہ مینار تعمیر ہوا یہ کلاک ٹاور 380 میٹر زمین سے بلند ہے اور اس کی مجموعی بلندی 601 میٹر ہے۔ اس گھڑی کی ساخت میں کاربن فائبر میٹریل استعمال کیا گیا ہے۔ یہ میٹر بل اسٹیل سے کہیں زیادہ پائیدار ہے۔ یہاں دو ٹیبلٹ لگائی گئی ہیں جو زائرین کو کلاک کے نیچے ہر گھنٹہ تک لے جاتی ہیں اور اتنی بلندی سے خانہ کعبہ کا نظارہ کرنا دل میں دُور مسرت اور پاکیزگی

مکہ مکرمہ پاکیزہ شہر

یہ اللہ تعالیٰ کا پسندیدہ شہر ہے۔ اسے اللہ تعالیٰ نے اپنے گھر کے لئے منتخب کیا۔ اس شہر میں موجود بیت اللہ کے طوف کا حکم دیا۔ یہی وہ با عظمت شہر ہے جس کی حرمت ذوالجلال نے سورۃ البقرہ اور سورۃ التین میں بتائی۔ دنیا بھر کے مسلمان جب عمرے کے لئے جاتے ہیں تو رمضان المبارک کے آخری عشرے یا ماہِ ربیع الاول کی مقدس گھڑیوں کا انتخاب کرتے ہیں۔

تین افضل مساجد

دنیا میں تین مساجد افضل ہیں جن میں مسجد حرام سرگرمست، مسجد نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اور مسجد اقصیٰ ہیں۔ اس لئے عمرے کے زائرین یہاں ضرور جاتے ہیں۔ مسجد حرام کی چھتوں کے فرش پر نمازیں اور نوافل ادا کرنے کی روحانی تجلیات وہی محسوس کر سکتے ہیں جنہیں عمرے کی سعادت نصیب ہوئی ہو۔

کر سکے جب کوئی دکھائی نہ دیا تو مردہ کی پہاڑی کی جانب گئیں اور چڑھ کر دیکھا تو دور دور تک کوئی موجود نہ تھا۔ وہ اسی پریشانی کے عالم میں صفا اور مردہ کے درمیان چکر لگاتی رہیں۔ ساتویں چکر میں انہیں غیب سے آواز آئی یہ پانی کی آواز تھی اور حضرت اسماعیل کے پیروں کے قریب پانی کا چشمہ ابل رہا تھا (سبحان اللہ) یہ ہے مجزہ خداوندی۔ اسی نعمت جبر کہ آب زمزم کی جتنی قدر کی جائے کم ہے آج زائرین حج اور عمرہ صفا اور مردہ کے درمیان سعی کر کے وہی یاد تازہ کرتے ہیں اور سورۃ بقرہ میں اس کا ذکر ہے۔

جدید سعودی عرب

قدیم ترین گنجانا بہت اور صحرائی مملکت کو آج ماڈرن ملک کے طور پر دکھایا جا رہا ہے۔ سعودی عرب نے تعمیرات، علمی و سائنسی، کاروباری نقطہ نظر سے بے پناہ ترقی کی ہے۔ حال ہی میں سعودی خاتون نے ماؤنٹ ایمرسٹ کو سر کیا ہے۔ ملک میں شرعی پردے کے ساتھ بیگنوں، اسکولوں اور نجی اداروں میں خواتین کے شعبے بنادیئے گئے ہیں۔ چند برس پہلے خواتین کے لئے گاڑی چلانا قانوناً ممنوع تھا مگر اب حادثاتی طور پر ڈرائیونگ کی اجازت دی جا چکی ہے۔ خواتین اپنے کاروبار خود بھی کر رہی ہیں۔ چھوٹے بچوں کے پلے اسکول، تفریبات، اسپتال، بیوی پارلز، شاپنگ مالز غرضیکہ خواتین ہر جگہ کام کر رہی ہیں اور خواتین کے استعمال کی اشیاء کی دکانیں عام دیکھی جا رہی ہیں۔ سعودی عرب کی خواتین اپنے روایتی تاثر سے ہٹ کر ترقی اور مساوات کے راستے پر گامزن ہیں اور سب سے اچھی بات یہ ہے کہ وہ شریعت کے آداب اور ضابطوں سے منحرف بھی نہیں ہوئیں۔

پاکستانی زائرین کے لئے ہدایت

اس سال سعودی حکومت نے ضعیف اور بیمار افراد کو حج نہ کرنے کی ہدایت دی ہے۔ دراصل چند عرب ممالک میں ایک مخصوص وائرس پایا جا رہا ہے جو کمزور، بیمار اور ضعیف افراد کو فوراً حائل کرتا ہے۔ علاوہ ازیں سعودی حکومت حفاظتی ٹیکوں کے ضمن میں سخت برت رہی ہے تو یہ اقدام زائرین کے اپنے حق میں ہے اگر ہم اور آپ عبادات مکمل تندرستی اور لگن کے ساتھ نہ کر سکیں اور دھیان بنا رہے تو پھر لاکھوں روپے خرچ کر کے اطمینان قلب کیسے ہو سکتا ہے۔ اپنے ماسک، چھتریاں، ٹوئپیاں اور چائے نماز عیدہ رکھیں۔ ضروری ادویات کے ساتھ ساتھ ڈاکٹر کے نسخے ضرور رکھ لیں۔

لذت کام و دہن

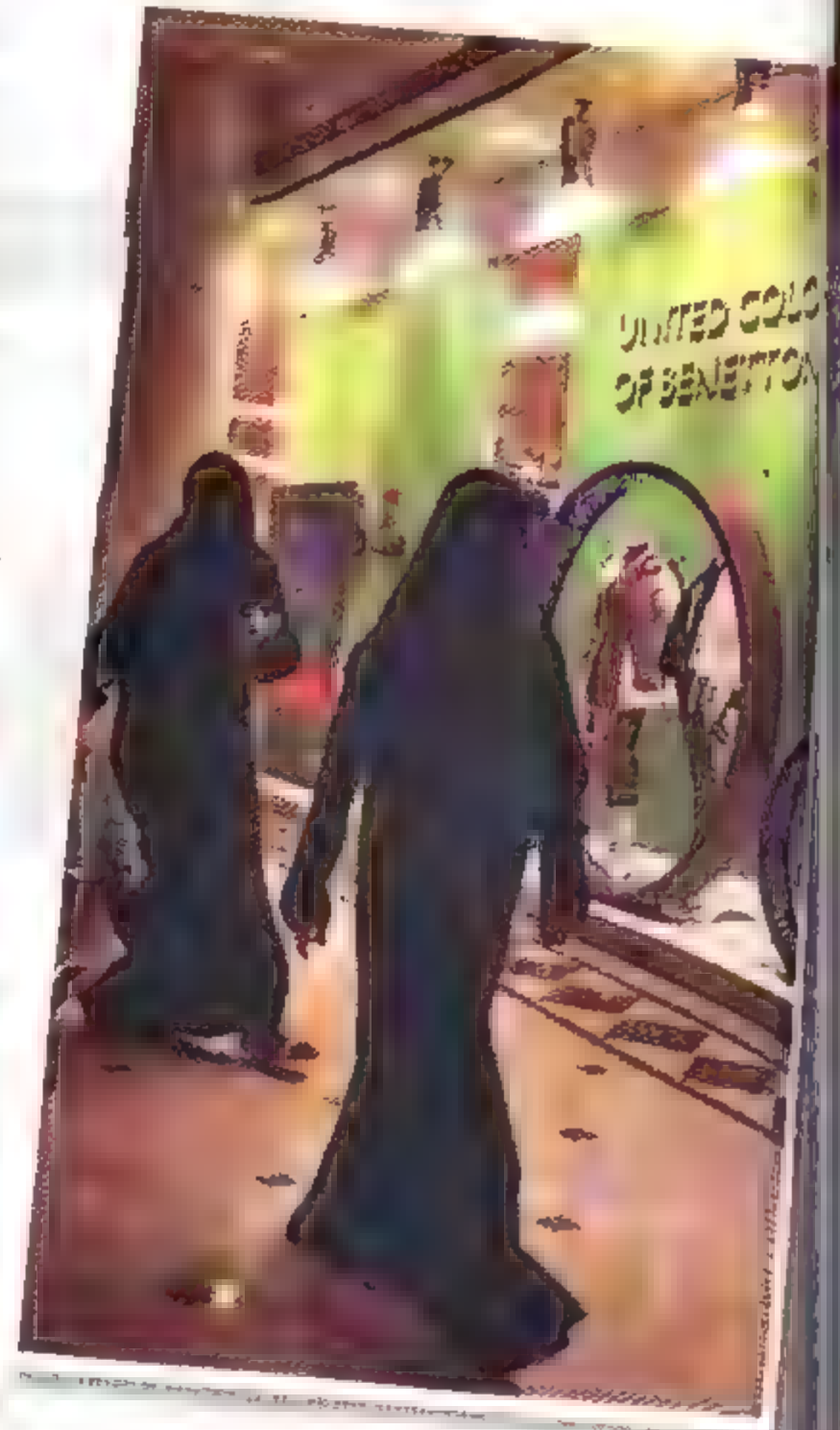
لذات، کا بسا اور مطبق بھی کھاتے چلے یوں تو پاکستانی ریسٹورنٹس لاثانی۔ لاہور، گارڈن، شمع، میزبان اور

کے جذبات الٹا آتے ہیں۔ یہ کلاک لندن کے بگ بین سے 6 گن ہے۔ کلاک کے اوپر اللہ کا اسم مبارک کندہ ہے جس نے پوری عمارت کو سعادت بخش دی ہے۔

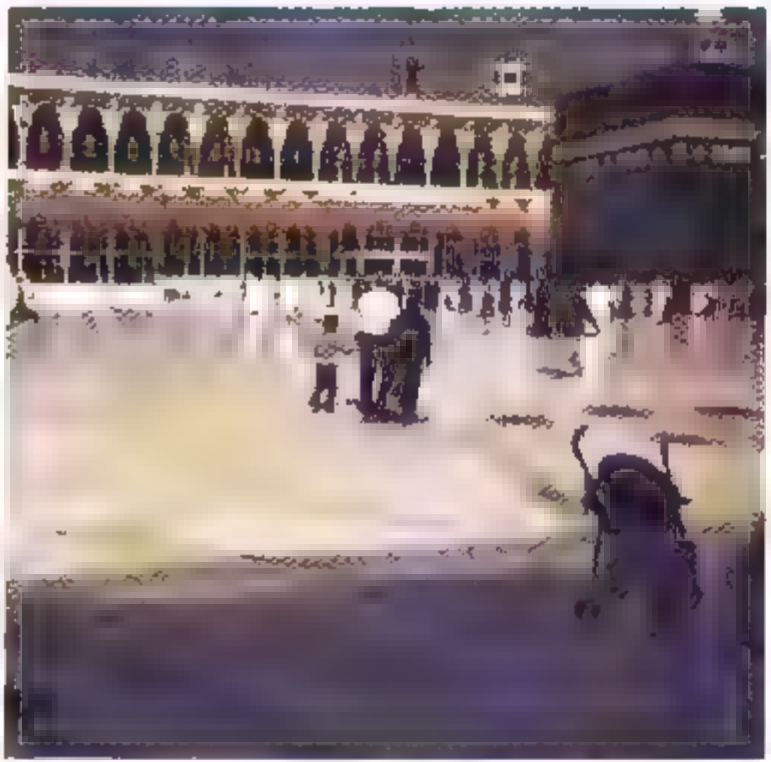
مطاف کا شہزادہ فرش

بیت اللہ شریف کے چاروں اطراف کھلے ہوئے محن کو مطاف کہا جاتا ہے جہاں زائرین طواف کرتے ہیں یہ فرش مخصوص طرزی ٹائلوں کی وجہ سے ہمیشہ ٹھنڈا رہتا ہے جون جولائی کی جتنی دوپہر میں بھی مطاف کا فرش گرم نہیں ہوتا۔ زحرم کا کنواں اور مقام ابراہیم لکس جگہیں ہیں جہاں زائرین کا ہجوم رہتا ہے۔ مقام ابراہیم وہ مبارک حجر ہے جس کو اٹھانے اور خانہ کعبہ میں نصب کرنے کا اعزاز حضرت اسماعیل علیہ السلام کو حاصل ہوا۔

آب زمزم کی سائنسی اہمیت مغربی سائنسدانوں اور مفکرین نے بھی تسلیم کی ہے۔ آب زمزم کی تاریخ کے مطابق حضرت ابراہیم اپنے بیٹے



حضرت اسماعیل و ران کی وادہ کو لے کر مکہ مکرمہ تشریف لائے تو کچھ پانی اور کھجور کا ٹوش ان کو دے کر چلے گئے۔ جب یہ سامان ختم ہوا تو ماں بیٹی جیاس سے بے تاب ہو گئے جب حضرت حاجرہ صفا کی پہاڑی پر اس غرض سے چڑھیں کہ شاید کوئی آدم زاد نظر آجائے ورنہ پانی فراہم



قرالا کے علاوہ کئی اور چھوٹے چھوٹے ریسٹورنٹس نظر آئیں گے تاہم مقامی ڈشز میں لذت، کا بسا اور مطبق بہت لذیذ اور خوش رنگ کھانے ہیں انہیں بھی چکھتے چلیے اور آسکریم بھی یہاں بڑے مزے کی ملتی ہے ضرور چکھتے چلیے۔



کی منگنی کی فکر ہو رہی تھی انہی دنوں عبداللہ صاحب بھی چھٹی پر گاؤں آئے ہوئے تھے۔ قسمت میں دونوں کا بیوگ لکھا ہوا تھا۔ ان کی منگنی ہو گئی اور ایک ماہ بعد شادی بھی ٹھہر گئی تاکہ عبداللہ صاحب دہن کو اپنے ساتھ گلگت لے جائیں۔

منگنی کے بعد ایک روز ماں جی اپنی سہیلیوں کے ساتھ پاس والے گاؤں میں میدہ دیکھنے گئی ہوئی تھیں۔ اتفاقاً شاید دانستہ عبداللہ صاحب بھی وہاں پہنچ گئے۔

ماں جی کی سہیلیوں نے انہیں گھیر لیا اور ہر ایک نے چیمیز چھین کر ان سے پانچ پانچ روپے وصول کر لئے۔ عبداللہ صاحب نے ماں جی کو بھی بہت سے روپے پیش کئے لیکن انہوں نے انکار کر دیا۔ بہت اصرار بڑھ گیا تو مجبوراً ماں جی نے کیا روپے کی فرمائش کی۔

”اتنے بڑے میسے میں گیارہ روپے لے کر کیا کرو گی“ عبداللہ صاحب نے پوچھا۔

اگلی جمعرات کو آپ کے نام سے مسجد میں تیل ڈال دوں گی۔ ماں جی نے جواب دیا۔

زندگی کے میلے میں بھی عبداللہ صاحب کے ساتھ ماں جی کا لین دین صرف جمعرات کے کیا روپےوں تک ہی محدود رہا۔ اس سے زیادہ رقم مذہبی انہوں نے مانگی نہ اپنے پاس رکھی۔

گلگت میں عبداللہ صاحب کی بڑی شان و شوکت تھی۔ خوبصورت بنگلہ، وسیع باغ، نوکر چاکر، دروازے پر سپاہیوں کا پہرہ۔ جب عبداللہ صاحب دورے پر باہر جاتے تھے یہ واپس آتے تھے تو سرتوپوں کی سداویں دی جاتی تھی۔ یوں بھی گلگت کا گورنر خاص سیاسی انتظامی اور سماجی اقتدار کا حامل تھا لیکن ماں جی پر اس سارے جادو جلال کا ذرا بھی اثر نہ ہوا۔ کسی قسم کا چھوٹا بڑا، حول ان پر اثر انداز نہ ہوتا تھا بلکہ ماں جی کی اپنی سادگی اور خود اعتمادی ہر ماحول پر خاموشی سے چھ جاتی تھی۔

ان دنوں سر ملکم اپنی حکومت برطانیہ کی طرف سے گلگت کی روسی اور چینی سرحدوں پر پولیٹیکل ایجنٹ کے طور پر مامور تھے۔ ایک روز لیڈی ہیلی اور ان کی بیٹی ماں جی سے ملنے آئیں۔ انہوں نے فراق پہنچے ہوئے تھے اور پنڈلیاں کھلی تھیں۔ یہ بے جانی ماں جی کو پسند نہ آئی۔ انہوں نے لیڈی ہیلی سے کہا ”تمہاری عمر تو جیسے گزرتی تھی گزر ہی گئی ہے۔ اب آپ اپنی بیٹی کی عاقبت تو خراب نہ کریں۔“ یہ کہہ کر انہوں نے مس بیٹی کو اپنے پاس رکھ لیا اور چند مہینوں میں اسے کھانا پکانا، سینا پر دانا، برتن مانگھنا، کپڑے دھونا سکھا کر ماں باپ کے پاس واپس بھیج دیا۔

جب روس میں انقلاب برپا ہوا تو لارڈ کچو سرحدوں کا معاہدہ کرنے



بچھی صدی کے بڑے بوڑھے سات سمندر پار کے سفر کو بلانے ناگہانی سمجھتے تھے۔ عبداللہ صاحب کی والدہ نے بیٹے کو واپس جانے سے منع کر دیا۔ عبداللہ صاحب کی سعادت مندی آڑے آئی اور انہوں نے وظیفہ واپس کر دیا۔

اس حرکت پر سرسید کو بے حد غصہ بھی آیا اور دکھ بھی ہوا۔ انہوں نے لکھ بھیجا، بجھایا، ڈرایا، دھمکایا لیکن عبداللہ صاحب شس سے مس نہ ہوئے۔

”کیا تم اپنی بوڑھی ماں کو قوم کے منہ پر ترجیح دیتے ہو؟“ سرسید نے کڑک کر پوچھا۔

”جی ہاں“ عبداللہ صاحب نے جواب دیا۔

یہ لگا سا جواب سن کر سرسید آپ سے باہر ہو گئے۔ کمرے کا دروازہ بند کر کے پیسے انہوں نے عبداللہ صاحب کو رتوں، ٹکوں، تھپڑوں اور جوتوں سے خوب پینا اور کالج کی نوکری سے درخواست کر کے یہ کہہ کر علی گڑھ سے نکال دیا ”اب تم ایسی جگہ جا کر مرو جہاں سے میں تمہارا نام بھی نہ سن سکوں۔“

عبداللہ صاحب جتنے سعادت مند بیٹے تھے اتنے ہی سعادت مند شاگرد بھی تھے۔ نقش پرائیٹ سب سے دور افتادہ اور دشو ر گزار مقام گلگت نظر آیا۔ چنانچہ وہ ناک کی سیدھ میں گلگت پہنچے اور دیکھتے ہی دیکھتے وہاں کی گورنری کے عہدے پر فائز ہو گئے۔ جن دنوں ماں جی

جب باپ کا سایہ سر سے اٹھ تو یہ انکشاف ہوا، کہ ساری آبائی جائیداد رہن پڑی ہے۔ چنانچہ عبداللہ صاحب اپنی والدہ کے ساتھ ایک جھونپڑے میں اٹھ آئے۔ زراور زمین کا یہ انجام دیکھ کر انہوں نے ایسی چائیداد بنانے کا عزم کر لیا جو مہ جتوں کے ہاتھ گردی نہ رکھی جاسکے۔ چنانچہ عبداللہ صاحب دس وچان سے تعلیم حاصل کرنے میں منہمک ہو گئے۔ وظیفے پر وظیفہ حاصل کر کے درود سال کے امتحان ایک ایک سال میں پاس کر کے پنجاب یونیورسٹی کے میٹرکولیشن میں اول آئے۔ اس زمانے میں غالباً یہ پہلا موقع تھا کہ کسی مسلمان طالب علم نے یونیورسٹی امتحان میں ریکارڈ قائم کیا ہو۔

اڑتے، اڑتے یہ خبر سرسید کے کانوں میں پڑ گئی جو اس وقت علی گڑھ مسلم کالج کی بنیاد رکھ چکے تھے۔ انہوں نے اپنا خاص منشی گاؤں میں بھیجا اور عبداللہ صاحب کو وظیفہ دے کر علی گڑھ بلا لیا۔ یہاں پر عبداللہ صاحب نے خوب بڑھ چڑھ کر اپنا رنگ نکالا اور بی اسے کرنے کے بعد انیس برس کی عمر میں وہیں پر انگریزی عربی، فلسفہ اور حساب کے پیکچر ہو گئے۔

سرسید کو اس بات کی ذہن تھی کہ مسلمان نوجوان زیادہ سے زیادہ تعداد میں علی مدتوں پر جائیں۔ چنانچہ انہوں نے عبداللہ صاحب کو سرکاری وظیفہ دوا یا تاکہ وہ انگلستان میں جا کر آئی سی ایس کے امتحان میں شریک ہوں۔

گلگت آئے۔ ان کے اعزاز میں گورنر کی طرف سے ضیافت کا اہتمام ہوا۔ ماں جی نے اپنے ہاتھ سے دس بارہ قسم کے کھانے پکائے۔ کھانے لذیذ تھے۔ لارڈ کچر نے اپنی تقریر میں کہا ”مسٹر گورنر جس خانہ ماں نے یہ کھانے پکائے ہیں، براہ مہربانی میری طرف سے آپ ان کے ہاتھ چوم لیں۔“

دعوت کے بعد عبداللہ صاحب فرحان و شاداں گھر لوٹے تو دیکھا کہ ماں جی باورچی خانے کے ایک کونے میں چٹائی پر بیٹھی تنگ اور مریض کی چٹنی کے ساتھ کئی کی روٹی کھا رہی ہیں۔ ایک اچھے گورنر کی طرح عبداللہ صاحب نے ماں جی کے ہاتھ چومے اور کہا ”اگر لارڈ کچر یہ فرمائش کرتا کہ وہ خود خانہ ماں کے ہاتھ چومنا چاہتا ہے تو پھر تم کیا کرتیں؟“

”میں“ ماں جی تنگ کر بولیں۔ ”میں اس کی مونچھیں پکڑ کر بڑے اکھاڑتی۔ پھر آپ کیا کرتے؟“

”میں“ عبداللہ صاحب نے ڈرامہ کیا۔ ”میں ان مونچھوں کو روٹی میں لپیٹ کر واسرائے کے پاس بھیج دیتا اور تمہیں ساتھ لے کر کہیں اور بھاگ جاتا جیسے سرسید کے ہاں سے بھاگا تھا۔“

ماں جی پر ان مکالموں کا کچھ اثر نہ ہوتا تھا لیکن ایک بار... ماں جی رشک و حسد کی اس آگ میں جل بھن کر کہاں ہو گئیں جو ہر عورت کا ازلی ورثہ ہے۔

گلگت میں ہر قسم کے احکامات ”گورنری“ کے نام پر جاری ہوتے تھے۔ جب یہ چرچا ماں جی تک پہنچا تو انہوں نے عبداللہ صاحب سے گلہ کیا۔

”بھلا حکومت تو آپ کرتے ہیں لیکن گورنری گورنری کہہ کر مجھ غریب کا نام بیچ میں کیوں لایا جاتا ہے خواہ مخواہ!“

عبداللہ صاحب علی گڑھ کے پڑھے ہوئے تھے۔ رگ خلافت پھر تک انہی اور بے اعتنائی سے فرمایا۔ بھاکوان یہ تمہارا نام تھوڑا ہے۔ گورنری تو دراصل تمہاری سوکن ہے جو دن رات میرا پیچھا کرتی رہتی ہے۔

مذاق کی چوٹ تھی۔ عبداللہ صاحب نے سمجھا بات آئی گئی ہو گئی لیکن ماں جی کے دل میں غم بیٹھ گیا۔ اس غم میں وہ اندر ہی اندر کڑھنے لگیں۔

کچھ عرصہ کے بعد کشمیر کا مہاراجہ پرتاب سنگھ اپنی مہارانی کے ساتھ گلگت کے دورے پر آیا۔ ماں جی نے مہارانی سے اپنے دل کا حال سنایا۔ مہارانی بھی سادہ عورت تھی۔ جلال میں آگئی ہائے ہائے ہمارے راج میں ایسا ظلم۔ میں آج ہی مہاراج سے کہوں گی کہ وہ عبداللہ صاحب کی خبر لیں۔

جب یہ مقدمہ مہاراجہ پرتاب سنگھ تک پہنچا تو انہوں نے عبداللہ صاحب کو بلا کر پوچھ گچھ کی۔ عبداللہ صاحب بھی حیران تھے کہ بیٹھے بٹھائے یہ کیا افتادہ آپڑی لیکن جب معاملے کی تہہ تک پہنچے تو دونوں خوب ہنسے۔ آدمی دونوں ہی مضطرب تھے۔ چنانچہ مہاراجہ نے حکم نکالا کہ آئندہ سے گلگت کی گورنری کو وزارت اور گورنر کو وزیر وزارت کے نام سے پکارا جائے۔ 1947ء کی جنگ آزادی تک گلگت میں یہی سرکاری اصطلاحات رائج تھیں۔

یہ حکم نامہ سن کر مہارانی نے ماں جی کو بلا کر خوشخبری سنائی کہ مہاراج نے گورنری گودیس نکالا دے دیا ہے۔

”اب تم دو دھوئیں نہاؤ، پوتوں بھلو۔“ مہارانی نے کہا ”کبھی ہمارے لئے بھی دعا کرتا۔“

مہاراجہ اور مہارانی کی کوئی اولاد نہ تھی۔ اس لئے وہ اکثر ماں جی سے دعا کی فرمائش کرتے تھے۔

اولاد کے معاملے میں ماں جی کیا واقعی خوش نصیب تھیں؟ یہ ایک ایسا



سوالیہ نشان ہے جس کا جواب آسانی سے نہیں سوجھتا۔ ماں جی خود ہی تو کہا کرتی تھیں کہ ان جیسی خوش نصیب ماں دنیا میں کم ہی ہوتی ہے لیکن اگر صبر و شکر تسلیم و رضا کی عینک اتار کر دیکھا جائے تو اس خوش نصیب کے پردے میں کتنے دکھ، کتنے غم، کتنے صدمے نظر آتے ہیں۔

اللہ میاں نے ماں جی کو تین بیٹیاں اور تین بیٹے عطا کئے۔ دو بیٹیاں شادی کے کچھ عرصہ بعد کیے بعد دیگرے فوت ہو گئیں۔ سب سے بڑا بیٹا مین عالم شباب میں انگلستان جا کر گزر گیا۔ کہنے کو تو ماں جی نے کہہ دیا کہ اللہ کا مال تھا اللہ نے لے لیا لیکن کیا وہ اکیلے میں چھپ چھپ کر خون کے آنسو رو یا نہ کرتی ہوں گی!

جب عبداللہ صاحب کا انتقال ہوا تو ان کی عمر بائیس سال اور ماں جی کی عمر پچیس سال تھی۔ سہ پہر کا وقت تھا۔ عبداللہ صاحب بان کی کھروری چارپائی پر حسب معمول گاؤں تک لگا کر نیم دراز تھے۔ ماں جی پائنتی

بیٹھی چاقو سے گنا چھیل چھیل کر ان کو دے رہی تھیں۔ وہ مزے مزے سے گنا چوس رہے تھے اور مذاق کر رہے تھے۔ پھر یکا یک سنجیدہ ہو گئے اور کہنے لگے ”بھاکوان شادی سے پہلے میلے میں میں نے تمہیں گیارہ پیسے دیے تھے کیا ان کو واپس کرنے کا وقت نہیں آیا؟“

ماں جی نے نئی دہنوں کی طرح سر جھکالیا اور گنا چھیلنے میں مصروف ہو گئیں۔ ان کے سینے میں بیک وقت بہت خیال اٹھ آئے۔ ”ابھی وقت کہاں آیا ہے۔ سرتاج شادی کے پہلے گیارہ پیسوں کی تو بڑی بات ہے لیکن شادی کے بعد جس طرح تم نے میرے ساتھ نباہ کیا ہے اس پر میں نے تمہارے پاؤں دھو کر پیئے ہیں۔ اپنی کھال کی جوتیاں تمہیں پہنائی ہیں۔ ابھی وقت کہاں آیا ہے میرے سرتاج۔“

لیکن قضا و قدر کے بھی کھاتے میں وقت آچکا تھا۔ جب ماں جی نے سراٹھایا تو عبداللہ صاحب گنے کی قاش منہ میں لئے گاؤں تک پہنچے تھے۔ ماں جی نے بھڑا بلایا، چکارا لیکن عبداللہ صاحب ایسی نیند سو گئے تھے جس سے بیداری قیامت سے پہلے ممکن ہی نہیں۔

ماں جی نے اپنے باقی ماندہ دو بیٹیوں اور ایک بیٹی کو سینے سے لگا کر تلقین کی ”بچہ رونا مت۔ تمہارے ابا جی جس آرام سے سو رہے تھے اسی آرام سے چلے گئے۔ اب رونا مت۔ ان کی روح کو تکلیف پہنچے گی۔“

کہنے کو تو ماں جی نے کہہ دیا کہ اپنے ابا کی یاد میں نہ رونا، ورنہ ان کو تکلیف پہنچے گی لیکن کیا وہ خود چوری چھپے اس خاوند کی یاد میں نہ روئی ہو گی جس نے بائیس سال کی عمر تک انہیں ایک الہر دہن سمجھا اور جس نے گورنری کے علاوہ اور کوئی سوکن اس کے سر پر لا کر نہیں بٹھائی۔

جب وہ خود چل دیں تو اپنے بچوں کے لئے ایک سوالیہ نشان چھوڑ گئیں جو قیامت تک انہیں عقیدت کے بیابان میں سرگرداں رکھے گا۔

اگر ماں جی کے نام پر خیرات کی جائے تو گیارہ پیسے سے زیادہ ہمت نہیں ہوتی لیکن مسجد کا ملا پریشان ہے کہ بجلی کا ریٹ بڑھ گیا ہے اور تیل کی قیمت گراں ہو گئی ہے۔

ماں جی کے نام پر فاتحہ دی جائے تو کئی کی روٹی اور تنگ مریض کی چٹنی سامنے آتی ہے لیکن کھانے والا درویش کہتا ہے کہ فاتحہ درود میں پلاؤ اور زردے کا اہتمام لازم ہے۔

ماں جی کا نام آج چلے تو بے اختیار رونے کو بی چاہتا ہے لیکن اگر رو یا جائے تو ڈر لگتا ہے کہ ان کی روح کو تکلیف نہ پہنچے اور اگر ضبط کیا جائے تو خدا کی قسم ضبط نہیں ہوتا۔

REVIEWS BOOKS

اشاریہ جہانِ حمد

مصنف: ڈاکٹر محمد سہیل شفیق

صفحات: 351

قیمت: درج نہیں

ناشر: جہانِ حمد، پبلی کیشنز اردو بازار، کراچی

خلاصہ قرآن

مصنف: میجر (ر) سید ذوالفقار حسین شاہ

صفحات: 280

ہدیہ: 400 روپے

قیمت: تعلیم القرآن اکیڈمی، مکان 630، سڑک 44

پکڑ: ICG-9/1 اسلام آباد، پاکستان



There Are
A Million
Reasons
Not To Lie
Chris Latta
Just Ask
Everyone

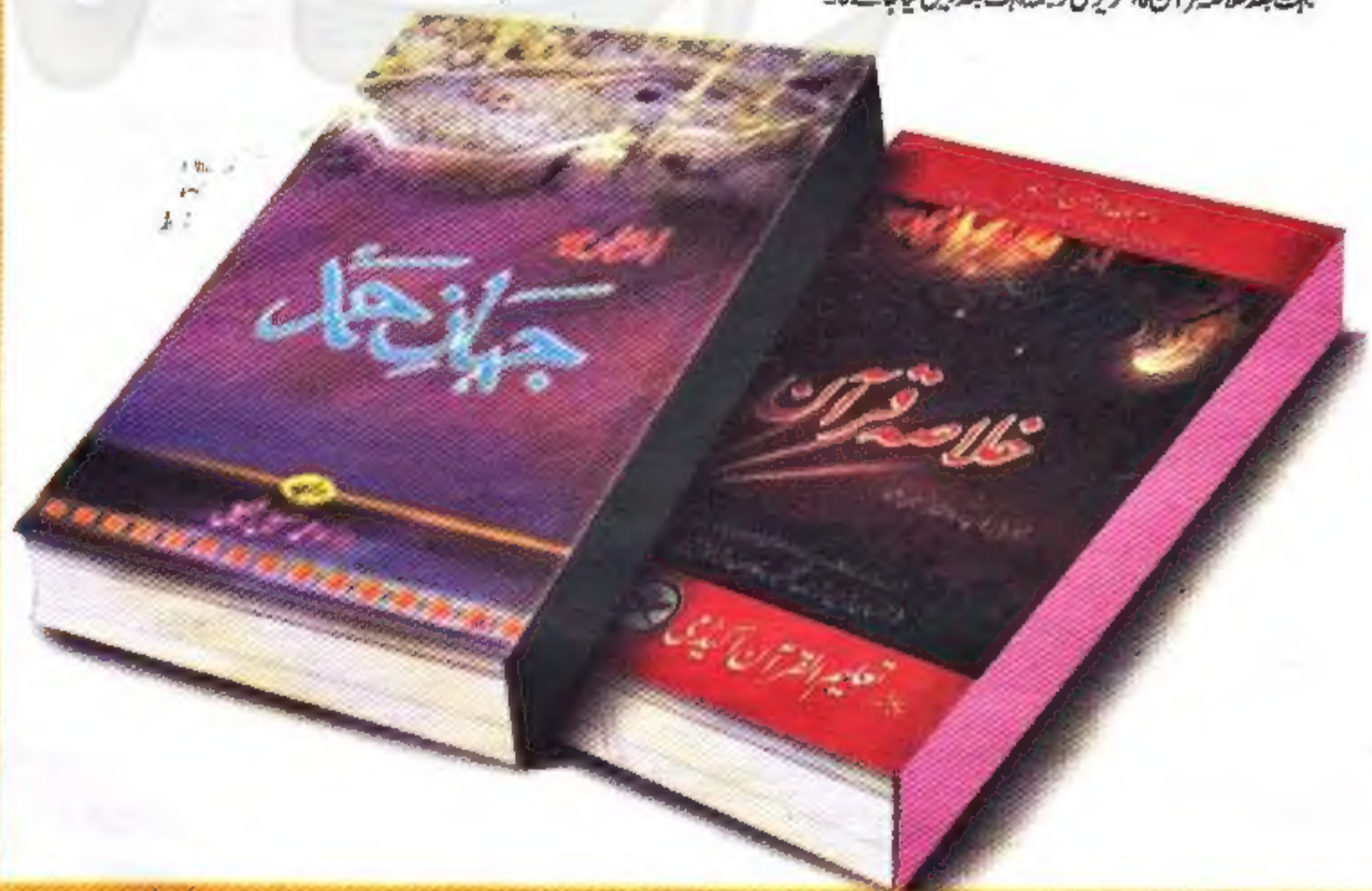
ڈاکٹر سہیل شفیق

کاسٹ: مائیکل ڈگلس، ڈیوان کٹن اور اسٹریٹجی

جن شائقین نے بہت دن ہو گئے تھے کوئی ہالی وڈ مووی رومانس، کامیڈی اور ڈرامے سے محروم نہیں دیکھی وہ تو یقیناً اس خبر سے خوش ہو جائیں گے کہ اب ہمارے شہروں کے بہترین سینما گھروں میں مائیکل ڈگلس کی رومانوی فلم نمائش ہونے والی ہے۔ اس فلم کو نے کرپوڈیوسرز ایلن گریزین اور مارک ڈیمن تو بہت ہی پر جوش دکھائی دے رہے ہیں۔ ایک دلہہ پھر ناظرین آسکر ایوارڈ یافتہ اداکار مائیکل ڈگلس کی نئی رومانٹک فلم دیکھیں گے جس کی کہانی ایک پراپرٹی ڈیلر کے روزنامے سے متعلق ہے جسے اپنا تک اپنی پوتی مل جاتی ہے۔ اس شخص خداوندی کوٹھی میں جان کو یہ اوجھڑو غرض کیسے پاتا ہے اور کس طرح پڑوسی خاتون اس کی مدد کرتی ہے۔ چھوٹی چھوٹی پھوٹیشن میں بھرپور رومانس اور کامیڈی ڈرامے کی جھلکیاں دیکھنے کو ملتی ہیں۔ یہ فلم اینڈ سواٹ گوز انٹرٹینمنٹ کے تحت جولائی میں دنیا بھر کے سینما گھروں کی زینت بنے گی۔

یہ اردو زبان میں حمدیہ ادب پر دینی، علمی اور ادبی حوالے سے ایک اہم اور قابل قدر کتابی سلسلہ ہے۔ 1998ء سے تاحال جہانِ حمد کے 19 شمارے شائع ہو چکے ہیں۔ پیش نظر کتاب اسی سلسلے کا جامع اشاریہ ہے جسے اشاریہ سازی کے حوالے سے قابل ذکر شہرت کے حامل پروفیسر ڈاکٹر محمد سہیل شفیق نے مرتب کیا ہے۔ بلاشبہ یہ ایک محنت طلب اور دیدہ وری کا کام تھا جسے انہوں نے نہایت سلیقے اور احسن طریقے سے مکمل کیا ہے۔ اشاریے کی ترتیب سے اہل علم، بالخصوص ریسرچ اسکالرز حضرات جہانِ حمد کے مندرجات سے استفادہ کر سکیں گے۔ یہ ایک علمی اور تاریخی دستاویز کے طور پر حمدیہ ادب پر کام کرنے والوں کے لئے ایک راہ نما اشاریہ ہے۔

اس انتخاب میں قرآن مجید کے 30 پاروں کے اہم مضامین کا ترجمہ تفسیر شامل کیا گیا ہے۔ میجر (ر) سید ذوالفقار حسین شاہ کے تعارف میں درج ہے کہ کچھ عرصہ کراچی میں وکالت کرنے کے بعد 67 میں انہیں پاک فوج کی آری سروں کور کے بعد ان کی ایک تعینات، سیکرٹری اینڈ ڈیزائنر مینٹ، قانونی و صحافتی حلقوں میں بہت سہولت ملی۔ اس کے علاوہ متعارف نام سے ان کا شعری مجموعہ بھی منظر عام پر آچکا ہے۔ گزشتہ کئی برسوں سے قرآن کا مطالعہ کرتے رہنے کے بعد انہوں نے اسلام آباد میں تعلیم القرآن اکیڈمی قائم کی جس کے تحت خلاصہ قرآن شائع کیا جو عنوانات اور ذیلی عنوانات پر مشتمل ہے۔ میجر صاحب نے عام قاری کی معلومات اور دلچسپی کے لئے حسب ضرورت مختصر تفسیر اور بھی شائع کئے ہیں، بلاشبہ قرآن پاک محض طاقتوں میں جانے کے لئے نہیں بھیجا گیا بلکہ یہ توحید کی پہچان اللہ کی بندگی، رسالت اور برائی سے بچنے کا درس دیتا ہے۔ بہت جلد خلاصہ قرآن کا انگریزی ترجمہ بہت جلد پیش کیا جائے گا۔



DRAMA

ماسٹر شیف پاکستان

جج: شیف محبوب، شیف ڈاکٹر اور خرم اعوان
پیشکش: اردو 1

ڈاڈا فوڈسٹان کی کامیابی کے بعد معروف چینل اردو 1 پیش کر رہا ہے ماسٹر شیف پاکستان جسے مقامی اور بین الاقوامی سطح پر خاصی پذیرائی ملی ہے۔ پاکستانی ٹیلی ویژن محبوب اور ڈاکٹر سے تو ناظرین کی بڑی تعداد واقف ہے لیکن تاہم کراچی کے معروف ہوٹل شیف خرم اعوان صاحب کی ذاتی دلچسپی، ڈاکٹر کی حس اور پکانے کے ماہر کی تجرباتی اور علمی قابلیت سے یہ پروگرام بہترین پیشکش ثابت ہوا ہے۔ شروع میں ناظرین اس پروگرام سے امیدیں وابستہ نہیں کر رہے تھے لیکن جوں جوں پروگرام کی اقسام آگے بڑھ رہی ہیں پروگرام کی جاذبیت اور کھانوں کی پرکھ کا یہ موازنہ کسی بھی اچھے مقابلے کے پروگرام کے ساتھ کیا جاسکتا ہے۔ توقع ہے کہ اس پروگرام سے کئی اچھے پکانے والے حضرات و خواتین منظر عام پر آئیں گے۔ ایسے پروگرام صحت مند تفریح اور مستند معلومات پر مبنی ہوتے ہیں۔ انہیں جاری رہنا چاہئے۔

عفت

ڈائریکٹر: فاروق محمد
پیشکش: جیو کہانی

ترکی زبان کے ٹوپ آویج اہماری ڈراما سٹری میں اپنی ٹھیک ٹھاک جگہ بن چکے ہیں۔ شروع شروع میں ایسا تاثر دیا جا رہا تھا جیسے ہماری ڈراما سٹری ان غیر ملکی سیریلز کی ثقافتی یلغار میں بری طرح مات کھانے کی اور فنکاروں میں اس کا رد عمل بھی ہوا لیکن ہم نے دیکھ لیا کہ یہ محض ایک تبدیلی کا رجحان تھا۔ عشق ممنوع نے جتنی مقبولیت سمیٹی، میرا سلطان اسی قدر زیر بحث نہیں رہی اس سیریل کے بعد کم پیش ہر چینل نے ایک یا دو ترکی پروڈکشن دکھائیں مثلاً عفت بھی انہی میں سے ایک ہے جو ترکی کے ایک گھرانے کی اندرونی جذباتی چپقلش کو واضح کر رہی ہے۔ عکونی رشتوں مثلاً بیوی اور محبوب کے مابین نفرت اور احتجاج کا منظر یہاں بھی دیکھنے والوں کو افسردہ کر رہا ہے۔ یہ کہانی ایک باپ کی بھی ہے جو اپنی بیٹیوں کو اپنے انداز سے پروان چڑھانا چاہتا ہے مگر بیٹیاں اسے ظلم اور بد سلوکی ہیں۔ یہ بیٹیاں روایتی طرز فکر سے ہٹ کر اپنی پہچان کرانا چاہتی ہیں لیکن بغاوت کے اس عمل میں وہ سوتن بننے کے لئے کیسے تیار ہوئیں اور عشق، جنوں، دیوانگی کے ان مرحلوں میں سطحیت کہاں سے آئی یہ سب دیکھنے کے لئے جیو کی کتب عفت، سیریل دیکھنا چاہئے۔



Mah-e-Meer



ڈائریکٹر: انجم شہزاد
کاسٹ: ایمان علی، فہد مصطفیٰ، منم سعید، نیماں کنول، ملی خان

جن جن ناظرین نے اس فلم کا پرومویٹل کیا ہے وہ انگلیوں پر دلی گن رہے ہیں کہ یہ فلم آخر کب ریلیز ہوگی۔ پاکستان میں تخلیقی سوچ رکھنے والے ہنر کار اور فنکاروں نے کمرشل فلمیں بنانے کا بیڑا اٹھالیا ہے۔ چند برس سے وہ سے چار پانچ فلمیں ڈھنگ کی بنی ہیں اور توقع ہو سکتی ہے کہ آئندہ میں اسٹریم سینما اور سرمایہ کاروں کی فلم بیٹوں کے تقاضوں کو سمجھنے میں کامیاب رہیں گے۔ سرمد نے سینما کو سینڈیا کی طرح سمجھا اور اس میڈیم کے اسرار و رمز سے اپنے فلم بیٹوں کو متعارف کرا دیا ہے۔ اس فلم کے ڈائریکٹر، کرداروں کی اٹھان اور موسیقی کے استعمال کو فخر مولا نہیں کہا جاسکتا۔ خاص کر سینما نوگرانی کمال کی ہے یقیناً جب آپ ادب، آرٹ اور فلم کے کرداروں کی شخصیتوں کو سمجھیں گے تو ہدایت کار انجم شہزاد سے قلبی لگاؤ بھی محسوس کریں گے۔ دراصل یہی تو ہے وہ کامیابی کا راز کہ کہانی، فارم، رفتار اور فلسفہ سازی کا آرٹ بیک وقت کی فلم بیٹوں سے گہرا تعلق ثابت کر دے۔ اگر اس پاکستانی فلم کو دیکھ کر آپ کو شبہ حیرت سے اور شام بیٹنگ یاد آ جائیں تو مان لیجئے کہ سرمد بھی وہی طور پر اسی مکتبہ فکر سے تعلق رکھتے ہیں، فلم کے پردے پر انسان کی حسیات کو فلم کے میڈیم سے ظاہر کرتے ہیں۔

شاورنگی محل

سرطان



☆ سیارہ چاند یعنی قمر

☆ نشان کیکڑا

☆ موافق رنگ سفید

☆ عدد 8,9

☆ موافق پتھر موتی

22 جون تا 23 جولائی کے دوران پیدا ہونے والے لوگ برج سرطان سے تعلق رکھتے ہیں۔ اس ماہ میں پیدا ہونے والے بڑے ذہین ہوتے ہیں اور جس معاملے میں باریک بینی اور نکتہ رسی کی ضرورت ہو وہاں سب پر بازی لے جاتے ہیں۔ موقع شناس اور جوڑ توڑ میں بڑے ماہر ہوتے ہیں۔ اپنے مزاج، گفتگو اور تقریر کے کمال سے دوسروں کو بہت متاثر کرتے ہیں مگر دیر پا اثر نہیں چھوڑتے۔ یہ لوگ نکتہ چینی سے بہت گھبراتے ہیں۔ جذباتی ہوتے ہیں لیکن دوسروں کے مسائل پر ان کا رویہ زیادہ اہم روانہ نہیں ہوتا۔

دفتری اور گھریلو مصروفیات بڑھیں گی اور توازن رکھنا مشکل ہوگا۔ شرابی کا رویہ بارش کی پھر دوسرے نقصان دہ ثابت ہو سکتا ہے۔ صحت کا خاص خیال رکھیں۔ بچہ اور سر کی جھٹکا اندیشہ ہے۔ شادی شدہ خواتین کی مصروفیات بڑھیں گی۔ کوئی پرانا تعلق دوبارہ بحال ہوگا کسی پرانے دوست کی رفاقت مفید ثابت ہوگی۔ اخراجات زیادہ اور آمدنی محدود رہے گی۔



آپ اچھے خاصے دور اندیش اور معاملہ فہم شخصیت کے مالک ہیں اسی طرح میزان محبت بھی بہترین ماں اور قادر دوست ہوتی ہے تاہم اب اخصابی امراض کا خطرہ ہے۔ ایسے میزان افراد جو سفارتی اداروں، تجارت، موسیقی، فلم کاری اور کال کے پیشے سے منسلک افراد اپنے اپنے شعبے میں کامیابی پسند کرنے کے لیے تیار ہو جائیں۔ صدقہ، خیرات اور کوا کی لادگی امینان اور روحانی خوشی کا باعث بنے گی۔



کوئی راز افشا ہونے کا خطرہ ہے۔ کوئی دوست یا قریبی عزیز شہادت کر سکتا ہے اور گھر کا سکون برباد کرنے سے بچانے کی فکر کیجئے۔ ازدواجی تعلقات کو معاملہ فہمی سے بچائیں۔ خواتین شاپنگ کرنے سے گریز کریں یا گھر پر ٹھیک کی حد سے بیچنے کی کوشش کریں۔ ستمبر کے روزوں پر یقین ہو سکتا ہے مگر شام کے وقت تک موڈ اور صحت بحال ہو جائیں گے۔



آپ تو ہیں ہی انتہائی پسند اور جذباتی لے لے اس ماہ کو میں کی مخالفت مول لے لیں گے۔ مغرب خواتین کی گھر پر امور خاص کر کھانے پکانے میں دلچسپی بڑھے گی۔ اس ماہ روحانی صلاحیتیں بڑھنے کا امکان ہے۔ صاف کوئی خطرہ یا باعث بن سکتی ہے۔ مفاہمت نہ مانگنے سے مسائل میں اضافہ ہو سکتا ہے مگر پہلے صحت کا خیال رکھئے۔ جوڑوں کا رویہ مسئلے کی بیماریاں یا تزلزلہ کا مکی بیماریاں لاحق ہو سکتی ہیں۔



قرض کی پریشانی رفتہ رفتہ دور ہو جائے گی۔ دفتری سیاست سے دور رہنے کی کوشش کیجئے۔ ممکن ہے کہ خاندان کا کوئی فرد بیمار پڑے اور آپ کو متعدد بار عیادت کے لئے جانا پڑے۔ ماں بننے والی خواتین اس ماہ خاص احتیاط کریں۔ شرابی کا رویہ بارش دے سکتا ہے۔ سماجی حیثیت میں بہتری آ رہی ہے۔ خیال رکھیں کہ غریب رشتے داروں سے متکبرانہ رویہ نہ رکھا جائے۔



آپ نڈر اور ارادے کے بکے ہیں۔ آپ کے فیصلے بھی اٹل ہوتے ہیں ایسا ہی کوئی مسئلہ آؤے آرہا ہے اسے بھی خوش اسلوبی سے سلجھالیں گے۔ اس ماہ طب، قانون اور انجینئرنگ کے شعبے سے متعلق افراد کو کامیابی اور شہرت ملنے کا امکان ہے۔ نیکی کے کاموں میں دلچسپی بڑھے گی اور قوس خواتین کی دلچسپی کاروباری امور میں بڑھے گی خانگی معاملات میں نہیں۔



گھر کو سجانے ستوارنے کی جانب توجہ رہے گی۔ بیرونی سرگرمیوں میں اضافہ ہو رہا ہے۔ اگر سرطان خواتین غیر شادی شدہ ہیں تو اس ماہ رشتے کی بات چیت آگے بڑھنے کا امکان ہے۔ جلد گفتگو اور نظام باجمہ سے تعلق صحت کا خاص خیال رکھئے۔ آپ کی مجبوری یہ ہے کہ کتنا ہی روپیہ جمع کریں خود کو غیر محفوظ ہی محسوس ہوتے ہیں۔ اگر سکون چاہئے تو اس عادت میں تبدیلی لائیے۔



اچھی ذہنی صلاحیتوں کی وجہ سے کاروباری اور سرکاری عہدوں پر کام کرنے والے افراد کامیاب رہیں گے۔ گوکہ مزاج کے لحاظ سے سستی اور کم کوئی آپ کی شخصیت کا حصہ بن چکی ہے تاہم آپ کی انتظامی صلاحیتیں اس ماہ بھی عروج پر ہیں گی اخراجات آمدنی کے مقابلے میں کچھ زیادہ ہیں گے۔ معدے اور ہاضمہ کی شکایتوں کا امکان نظر آ رہا ہے۔ غیر شادی شدہ افراد کی شادی کے آگے چار پیڑا رہے ہیں۔



اسد افراد غیر تعمیر پذیر صفت رکھتے ہیں وہ آسانی سے جدیلیوں کو بھی پسند نہیں کرتے۔ اس ماہ محکم کرنے کا جذبہ غالب رہے گا آپ کی قوت ارادی بہت قوی ہے۔ اس ماہ چند ایک الجھنوں کے باوجود آپ ہتے کھیلتے رہیں گے۔ خوش مزاجی کی وجہ سے دوستوں کے حلقے میں مقبول بھی رہیں گے۔ جائیداد کا مسئلہ جن اسدی افراد کو لاحق ہے خوش ہو جائیں کہ یہ مل ہو اسی چاہتا ہے۔



آپ کی سوچ کا کیوں بہت وسیع ہوتا ہے اس ماہ بھی آپ انسانیت کی بھلائی کے لئے زیادہ اور اپنے لئے کم سوچیں گے۔ شادی کے معاملے میں جلت کا مظاہرہ ٹھیک نہیں ہوگا۔ نئے دوست نہیں گے۔ نئے بچے جنم سائے آئیں گے۔ آپ اپنی ہمت اور صلاحیت سے بہت سی الجھنوں پر قابو پالیں گے۔ دلا خاتین بظاہر تو خوبصورت اور سن موٹی ہوتی ہیں مگر سیرت میں بھی باکمال ہوتی ہیں۔



عام طور پر آپ کامیاب ہی ہوتے ہیں کیونکہ آپ خاصے ذہین ہیں۔ نئے دوست نہیں گے۔ ہمارے بھی ساتھ رہیں گے۔ بچت کی عادت مزید پختہ ہوگی اور آپ اخراجات پر قابو پالیں گے۔ سنبھل محبت بہت اچھی ہوتی ہے اس ماہ بھی یہ شوہر کی مددگار ثابت ہوں گی۔ بچوں کے امتحانات میں کامیاب ہونے کے امکان ظاہر ہو رہے ہیں۔ سنبھل محبت اور جدی مردانہ لائق پارٹنر ثابت ہوتے ہیں۔



خوش ہو جائیں جنہاں ختم ہونے کو ہے اس ماہ بھی خیراتی اور خیراتی صلاحیتوں میں اضافہ ہوگا۔ دے کے ہونے کام قیہ سے سمجھیں کہ فتنوں لطف، سرکاری ملازمت اور مذہبی امور سے متعلقہ شخصیات کے لئے ایک خوشگوار اور جرت گیر مہینہ ہے۔ مجموعی اور سچائی سے اپنی کار پر عمل کیا تو شہرت اور کامیابی آپ کے قدم پر جم سکتی ہے۔ طبیعت روحانیت کی جانب بھی مائل رہے گی چنانچہ صدقہ و خیرات سے گریز نہ کیجئے۔

